

GERALD  
MACKENTHUN

# EINFÜHRUNG IN DIE TIEFENPSYCHOLOGIE

PSYCHOANALYSE TIEFENPSYCHOLOGIE  
HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE FREUD  
ADLER JUNG TIEFE BIOGRAPHIK  
KANT PSYCHE AMOR HYSTERIE  
ERKENNTNIS INDIVIDUATION TRÄUME  
UNBEWUSSTES SCHOPENHAUER GEHIRN  
EKLEKTIZISMUS VERGESSEN PERSONALISMUS  
VERDRÄNGEN TRAUMDEUTUNG LIEBE  
SEX KÖRPER KONFLIKT STRESS  
TRAUMA KOGNITION OBJEKTBEZIEHUNG  
ABWEHR AUFKLÄRUNG WIDERSTAND  
GEDÄCHTNIS ÜBERTRAGUNG GEHIRN  
THERAPEUT SINN DES LEBENS PATIENT  
MENSCHENKENNTNIS KULTURKRITIK ZEIT

Gerald Mackenthun



# Einführung in die Tiefenpsychologie

Priv.-Doz. Dr. phil. Gerald Mackenthun  
Eberbacher Str. 4  
14197 Berlin

Internet: [geraldmackenthun.de](http://geraldmackenthun.de)

Für sachdienliche Korrekturen wäre ich dankbar:

[home@psychondo.de](mailto:home@psychondo.de)

Weitere Informationen und Aktualisierungen:

[http://geraldmackenthun.de/meine-bücher/grundlagen-der-tiefenpsychologie/](http://geraldmackenthun.de/meine-buecher/grundlagen-der-tiefenpsychologie/)

Druck: epubli GmbH, Berlin, [www.epubli.de](http://www.epubli.de)

Bestellungen: [kontakt@epubli.de](mailto:kontakt@epubli.de), Tel. 01805 / 88 11 20 (Mo. - Fr.: 9-16 Uhr; 14 Cent/Min. dt. Festnetz; abweichender Mobilfunktarif) oder Fax: +49 (0)30 – 617 89 02 99

<http://www.epubli.de/shop/autor/Gerald-Mackenthun/2505>

Copyright © 2012 Gerald Mackenthun, Berlin

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die Übersetzung, des Nachdrucks oder der elektronischen Verbreitung (eBook) bleiben vorbehalten.

1. Auflage März 2012

2., überarbeitete und ergänzte Auflage März 2013

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk dienen zur Information des Lesers und berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne des Warenzeichen- und Markenschutzgesetzes als frei zu betrachten wären.

Produkthaftung: Für medizinische und psychotherapeutische Angaben kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Derartige Angaben müssen vom Leser im Einzelfall anhand anderer Informationen (Ärzte, Psychotherapeuten) in ihrem spezifischen Fall auf ihre Anwendbarkeit hin überprüft werden.

Das Buch ist Ergebnis der Therapie- und Studienarbeit des Instituts für Tiefenpsychologie, Gruppendynamik und Gruppentherapie Berlin (Gründung und Leitung Prof. Dr. Dr. Josef Rattner) in Kooperation mit der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt, Institut für Psychologie, Abteilung für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Psychoanalyse (o. Univ.-Prof. Dr. Jutta Menschik-Bendele).

Aus Gründen der Vereinfachung und besseren Lesbarkeit wird ausschließlich die männliche Form verwendet. Ich möchte betonen, dass Frauen bei solchen Formulierungen gleichermaßen gemeint sind.

Gerald Mackenthun



Einführung in die Tiefenpsychologie



## Vorwort

---

Nachdem ich viele tiefenpsychologische Bücher gelesen habe, stellte sich mir die Frage, was hast du über Tiefenpsychologie nun eigentlich verstanden? Die Antwort durfte weder technisch noch hagiographisch sein. Es sollte auch kein akademisches Buch werden, das heißt ein Buch nur für Akademiker.

Entstanden ist ein Grundlagenwerk, das sich an Studierende der Psychologie und andere Interessierte richtet, die einen ersten Überblick über das höchst lebendige Gebiet der Tiefenpsychologie erhalten möchten. Zugunsten des Leseflusses wird auf Fußnoten verzichtet. Weiterführende Anmerkungen habe ich an das Ende des Buches verbannt.

Auch wurde Wert darauf gelegt, die Literaturliste kurz zu halten, um Überforderungsgefühle zu vermeiden. Zukünftige Adepten der Tiefenpsychologie sollen nicht abgeschreckt werden. Autoren, die dem Leser große Anstrengungen abverlangen, sind mir nie besonders sympathisch gewesen. Wer tiefer einsteigen will, kommt um die genaue Lektüre der genannten Autoren indes nicht herum. Zunächst aber reicht es, über Gedanken, Entwicklungen und Definitionen zu sprechen.

Wie schon in meinen früheren Büchern habe ich Prof. Dr. Dr. Josef Rattner und den Mitarbeitern seines Institutes für Tiefenpsychologie, Gruppendynamik und Gruppentherapie (Berlin) zu danken für jahrzehntelange Förderung und Anregung. Die „kleine Akademie“ von Prof. Dr. Dr. Gerhard Danzer in Potsdam besuche ich seit vielen Jahren mit gleichbleibender Freude und Interesse.

Den Anstoß für dieses Buch verdanke ich Prof. Dr. Jutta Menschik-Bendele von der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt. Sie ermöglichte es mir, Vorlesungen und Seminare zu halten, aus denen dieses Werk hervorging.

Wie immer waren mir Geduld und Ermutigung meiner Frau Dr. Elke Pilz am allerwichtigsten.

Ich bitte zu berücksichtigen, dass dies *mein* Blick auf die Tiefenpsychologie ist, den ich in theoretischer Auseinandersetzung und praktischer Erfahrung als Therapeut und Mitmensch gewann. Für den Inhalt bin allein ich verantwortlich, im Guten wie im Schlechten.

Noch ein notwendiges Wort zur Begrifflichkeit. Unter Tiefenpsychologie verstehe ich mehr als eine Therapieform, nämlich einen weit gefassten wissenschaftlichen Gegenstand, eine umfassende Theorie des Menschen, bei der man um die Beschäftigung mit Anthropologie, Psychosomatik, Kultur, Gesellschaft, Politik und Bildung nicht herumkommt.

Ist allein *Therapie* gemeint, so werden seit einigen Jahren die »Analytische Psychotherapie« (beziehungsweise »Psychoanalyse«) von der »Tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie« unterschieden. Begriffe wie »Tiefenpsychologie« und »tiefenpsychologisch fundiert« sind im deutschsprachigen Raum, nicht international gebräuchlich. Mit der Einführung der deutschen Psychotherapie-Richtlinien 1967 wurde der Begriff »tiefenpsychologisch fundiert« üblich, um Behandlungsverfahren mit geringerer Stundenfrequenz und abweichenden Behandlungssettings von der klassischen Psychoanalyse zu unterscheiden.

Außerhalb Deutschlands (und zunehmend auch in Deutschland) hat sich für modifizierte Behandlungsverfahren in Abgrenzung zur Psychoanalyse die Bezeichnung «Psychodynamische Psychotherapie» durchgesetzt. Manchmal wird von Autoren die Psychoanalyse mit eingeschlossen, manchmal nicht. Der die Bundesregierung beratende Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie beschloss 2005, »Psychodynamische Psychotherapie« als Oberbegriff für die tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapien *und* die psychoanalytischen Therapien zu verwenden. Wenn ich von »Tiefenpsychologie« als Therapie spreche, meine ich alle psychodynamischen Therapieformen.

Gerald Mackenthun  
Berlin, Winter 2012

# Inhalt

---

<i>GRUNDLAGEN</i>	<b>15</b>
<i>Einleitung</i> .....	15
Die Besonderheit der Tiefenpsychologie.....	15
Über dieses Buch .....	18
<b>1. Was heißt Tiefe in der Tiefenpsychologie?</b> .....	<b>21</b>
Die Tiefe des Unbewussten .....	21
Die Tiefe der Zeit .....	22
Die Tiefe der Existenz .....	23
Die Tiefe als das Primäre .....	23
Das Dunkle in der Tiefe.....	23
Das horizontale Unbewusste.....	24
<b>2. Gemeinsame Merkmale der Tiefenpsychologie</b> .....	<b>26</b>
Das Unbewusste .....	26
Das dynamisch-genetische Modell .....	28
Die Dialektik.....	28
Die biographische Methode .....	29
Die hermeneutische Methode.....	30
Die soziokulturelle Perspektive .....	31
Ganzheit und Einheit der Person .....	32
Triebe als Grundeinheit der Tiefenpsychologie? .....	33
Das Bewusstsein .....	34
Introspektion .....	35
<b>3. Gemeinsame Probleme der Tiefenpsychologie</b> .....	<b>36</b>
Empirie-Allergie .....	36
Universalistische Aussagen.....	37
Spezies-spezifische Aussagen .....	38
Anthropomorphisierende Interpretationen .....	39
Das Elend der Psychologie .....	40
Jenseits der Tiefenpsychologie .....	42



<b>4. Geschichte der Tiefenpsychologie</b> .....	<b>45</b>
Psyche und Amor .....	45
Assoziationstechnik .....	46
Antike griechische Schulen .....	47
Priester und Schamane .....	48
Mesmerismus, Suggestion und Hypnose .....	50
Jean-Martin Charcot .....	53
Weitere Wegbereiter .....	54
John Stuart Mill .....	56
Charles Darwin .....	56
Wilhelm Wundt .....	57
Sir Francis Galton .....	58
William James .....	59
Pierre Janet .....	62
Entwicklung nach Freud .....	63
<b>5. Geschichte der Hysterie</b> .....	<b>72</b>
Biologie kontra Psyche .....	72
Hysterie .....	73
Frühe Psychiatrie .....	75
Neurasthenie .....	77
Trauma des Krieges .....	78
Psychiatrie ab 1950 .....	80
Kritik der Psychiatrie .....	81
Moderne Hysterien .....	82
Heutige Hysterie-Definition .....	86
<b>6. Wie weit reicht unsere Erkenntnis?</b> .....	<b>88</b>
Empirismus und Rationalismus .....	88
Skeptizismus .....	89
Immanuel Kant und das moralische Gesetz .....	90
Arthur Schopenhauer und die Negation der Willensfreiheit .....	91
Romantik und Idealismus .....	92
Ist die Tiefenpsychologie eine Wissenschaft? .....	94
Empirie: Beobachtung und Argument .....	95
Prämissen für eine tiefenpsychologische Forschung .....	96
Tiefenpsychologie zwischen Natur- und Geisteswissenschaft .....	98
Unmittelbares und mittelbares Verstehen .....	99

Tiefenpsychologie zwischen Weltanschauung und Wissenschaft .....	100
<b><i>PROTAGONISTEN</i></b> .....	<b>103</b>
<b>7. Sigmund Freud</b> .....	<b>105</b>
Freuds Leben .....	106
Freuds Werk.....	109
Verführungstheorie .....	111
Deckerinnerung und Verdrängung .....	114
Traumdeutung .....	115
Psychopathologie des Alltagslebens.....	116
Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten .....	117
Der Fall Dora .....	118
Libido-Theorie, kindliche Sexualität und Ödipus .....	119
Narzissmus, Verdrängung, Eros, Thanatos, Ich-Es-Überich, Abwehr, Ich-Psychologie .....	122
Widerstand und Übertragung in der Therapie .....	123
Kulturschriften .....	124
Eine Kindheitserinnerung des Leonardo Da Vinci.....	126
Der Mann Moses und die monotheistische Religion .....	128
Kritische Würdigung .....	129
<b>8. Alfred Adler</b> .....	<b>132</b>
Adlers Leben .....	132
Adlers Werk .....	138
Studie über Minderwertigkeit von Organen.....	139
Aggressionstrieb .....	141
Über den nervösen Charakter .....	142
Menschenkenntnis .....	146
In Amerika.....	147
Der Sinn des Lebens.....	148
Kritische Würdigung .....	149
<b>9. Carl Gustav Jung</b> .....	<b>153</b>
Jungs Leben .....	153
Jungs Werk.....	156
Burghölzli .....	157
Jung und Freud .....	158
Psychologische Typen .....	159

Analytische Psychologie.....	160
Religionspsychologie.....	162
Kritische Würdigung .....	163
<b>10. Neopsychoanalyse .....</b>	<b>167</b>
Anna Freud .....	168
Melanie Klein .....	172
Wilfred Bion .....	174
Sándor Ferenczi .....	175
Franz Alexander .....	177
Objektbeziehungstheoretiker .....	180
Donald Winnicott.....	181
Säuglingsforscher.....	183
Heinz Kohut .....	187
Karen Horney.....	190
Frieda Fromm-Reichmann .....	193
Otto Rank.....	196
Harry Stack Sullivan .....	200
Clara Thompson.....	201
Harald Schultz-Hencke.....	202
Michael Balint.....	205
<b>11. Humanistische Psychologie .....</b>	<b>208</b>
Abraham Maslow.....	209
Carl Rogers.....	209
Viktor Frankl .....	210
Fritz Perls .....	211
Erich Fromm .....	212
Medard Boss.....	215
Jakob Moreno .....	216
Wilhelm Reich.....	217
Erik Erikson .....	218
Feministische Psychotherapie .....	220
<b>12. Personalismus.....</b>	<b>222</b>
Emmanuel Mounier .....	222
Max Scheler .....	224
Nicolai Hartmann.....	225
Josef Rattner.....	228

<b>BEGRIFFE</b>	<b>231</b>
<b>13. Das Unbewusste</b>	<b>233</b>
Frühe Vorstellungen vom Unbewussten	233
Arthur Schopenhauer	235
Friedrich Nietzsche	235
Sigmund Freud	237
Alfred Adler	239
Carl Gustav Jung	240
Das moderne Unbewusste	240
Gehirn und Gedächtnis	241
Erinnern	244
Vergessen und Verdrängen	245
Das Bewusste	247
Der freie Wille	250
<b>14. Traumdeutung</b>	<b>252</b>
Antike Vorstellungen	252
Freuds Traumdeutung	254
Kritik an der Freud'schen Traumdeutung	255
Carl Gustav Jung	258
Alfred Adler	260
Moderne Traumforschung	261
Inhalte von Träumen	263
Moderne Traumdeutung	264
<b>15. Übertragung und Gegenübertragung</b>	<b>267</b>
Psychoanalyse	267
Kritische Würdigung	270
Heutige Auffassung	271
<b>16. Widerstand und Verdrängung</b>	<b>275</b>
Psychoanalyse	276
Widerstand	276
Verdrängung	277
Kritische Würdigung	278
Heutige Auffassung	280
<b>17. Lebensaufgaben</b>	<b>282</b>
Arbeit	283

Liebe .....	284
Gemeinschaft.....	285
Kultur .....	287
Individuation.....	288
Körper .....	289
Lebensaufgaben in der Therapie .....	290
<b>18. Individuation.....</b>	<b>291</b>
Krise der Lebensmitte.....	291
Extraversion, Introversion und das Ziel der Individuation.....	293
Therapie.....	294
Kritische Würdigung .....	295
Ausblick.....	296
<b>19. Hermeneutik .....</b>	<b>298</b>
Friedrich Schleiermacher .....	298
Wilhelm Dilthey .....	298
Hans-Georg Gadamer .....	299
Jürgen Habermas .....	301
Verstehende Tiefenpsychologie .....	302
<b>20. Therapie.....</b>	<b>307</b>
Unterschiede von Psychoanalyse und psychodynamischen Therapien .....	307
Setting.....	309
Psychoanalyse.....	310
Individualpsychologie .....	313
Jung'sche Therapie .....	315
Theoretischer Eklektizismus und behandlingstechnischer Pluralismus .....	316
Ich-Psychologie .....	317
Objektbeziehungstheorie .....	319
Konfliktmodell .....	321
Trauma.....	322
Modi der Verarbeitung .....	324
Stressmodell .....	325
Reale Beziehungen .....	325
Probleme und Ressourcen.....	327
Kognitive Schemata .....	328
Biopsychosoziale Perspektive.....	329
Neurologie und Gehirnforschung .....	331

Konvergenz der Schulen .....	332
Heutige Therapie .....	333
Der gute Patient.....	336
Therapieziele .....	337
<b>AUSBLICK</b> .....	<b>341</b>
<i>125 Jahre Tiefenpsychologie: Was hat es gebracht?</i> .....	<i>343</i>
Romantik, Aufklärung und Moderne .....	344
Psychologisierung der Welt .....	346
Zurichtung der Welt.....	348
Ausstrahlungen.....	349
Philosophie und Ethik .....	351
Konvergenz der Schulen .....	352
Konklusion .....	353
<b>ANHANG</b> .....	<b>355</b>
<i>Kommentierte Literatur</i> .....	<i>357</i>
<i>Anmerkungen</i> .....	<i>363</i>
Danksagung .....	363
Einleitung.....	363
Was heißt Tiefe in der Tiefenpsychologie?.....	363
Gemeinsame Merkmale der Tiefenpsychologie.....	364
Gemeinsame Probleme der Tiefenpsychologie.....	365
Geschichte der Tiefenpsychologie .....	366
Geschichte der Hysterie.....	367
Wie weit reicht unsere Erkenntnis?.....	368
Sigmund Freud.....	369
Alfred Adler.....	370
Carl Gustav Jung .....	371
Neopsychoanalyse .....	371
Humanistische Psychologie .....	374
Personalismus.....	375
Das Unbewusste .....	376
Traumdeutung .....	377
Übertragung und Gegenübertragung .....	378
Widerstand und Verdrängung .....	378

Lebensaufgaben.....	379
Individuation.....	380
Hermeneutik.....	380
Therapie.....	381
125 Jahre Tiefenpsychologie: Was hat es gebracht?.....	383
<i>Anerkannte psychotherapeutische Methoden im deutschen Sprachraum ..</i>	<i>384</i>
<i>Weitere Bücher vom Autor ..</i>	<i>388</i>

# Grundlagen





## Einleitung

---

### Die Besonderheit der Tiefenpsychologie

Dieses Buch ist getragen von der Überzeugung der Fruchtbarkeit eines tiefenpsychologischen Menschenbildes. Dieses hat sich vor noch nicht allzu langer Zeit im Bewusstsein aufgeklärter und wacher Menschen der westlichen Welt etabliert, die ersten Anfänge liegen gerade einmal 125 Jahre zurück. Die Tiefenpsychologie hat es dennoch nicht leicht, nur relativ wenige Menschen beschäftigen sich mit ihr intensiver. Dieses Schicksal ist freilich nicht einzigartig; die Tiefenpsychologie teilt es mit so gut wie allen Wissenschaften. Welcher Normalbürger kümmert sich schon um Physik, Astronomie oder Geographie? Nur wenige Menschen betrachten sich und ihr Leben unter wissenschaftlichen Gesichtspunkten. Sie gehen durchs Leben, ohne etwas von der Relativitätstheorie, dem Evolutionsprozess oder vom Reibungswiderstand in Verbrennungsmotoren zu wissen.

Was die Tiefenpsychologie betrifft, so ist mangelndes Wissen darüber eine bedauerliche und eigentlich unverzeihliche Nachlässigkeit. Wachsende Erkenntnis bedeutet wachsende Freiheit. Psychotherapie beruht auf Verstehen, es handelt sich um einen Erkenntnisprozess. Es dürfte keinen Wissenschaftszweig geben, der mehr mit dem, der sich ihm zuwendet, zu tun hat. Jede Aussage der Tiefenpsychologie lässt sich mit der Frage verbinden: Was bedeutet das für mich? Tiefenpsychologie bietet eine ernsthafte Chance, sich die eigene Lebensgeschichte gründlicher anzueignen und mehr über sich selbst zu erfahren. Tiefenpsychologie ist etwas Veränderndes und auch Verunsicherndes, was die eigene Person angeht. Man kann nicht Tiefenpsychologe sein, so wie man Automechaniker oder Le-

bensmittelverkäuferin ist. In der Tiefenpsychologie kommen immer die eigene Person und ihre Beziehungen zur Umwelt mit ins Spiel.

Das, was die Tiefenpsychologie im Kern ausmacht, das Bewusstsein von der Existenz eines eigenen Unbewussten, veränderte und erweiterte die Sicht auf die Welt. Man geht anders durchs Leben, wenn man anerkennt, dass es etwas Irrationales und Dämonisches in einem und mutmaßlich in allen Menschen gibt. Sigmund Freud nannte es Trieb, aber wir können es auch das Dionysische, das Ungebändigte, das Maßlose, das Irrationale nennen. Zugleich verspricht uns die Tiefenpsychologie die optimistischen Möglichkeiten der Vernunft, der Sublimierung und des mehr oder minder erfolgreichen Kampfes gegen dies Dämonische.

Der unmittelbare Bezug zum eigenen Ich ist Vorteil und Fluch zugleich: Vorteil, weil einem die Chance gegeben wird, das eigene Selbst durchsichtiger zu machen und die eigene Person zu erweitern. Fluch, weil dieses Wissen nicht unbedingt glücklicher macht. Die tiefenpsychologische Aufklärung kann die Spontaneität zum Erliegen bringen, weil buchstäblich alles in Frage gestellt werden kann (und manchmal auch wird), vor allem die Motive.

Neben der beglückenden oder aufwühlenden Erfahrung der Selbsterweiterung ist ein allgemeiner Erkenntnisgewinn ein zweites Motiv, sich dieser Fachrichtung zu widmen. Was könnte interessanter sein als der Mensch, also ich selbst? Tiefenpsychologie ist ein Kind der Aufklärung mit dem erklärten Anspruch, den Horizont der Selbst- und

Menschenkenntnis zu erweitern, den Menschen von Fesseln zu befreien und das irdische Los der Menschheit zu verbessern. Wer für die Weiter- oder gar Höherentwicklung der Menschen ist, muss ihnen zugestehen, selbstständig denken zu dürfen. Tiefenpsychologie ist fundamental antiautoritär und eine latente Gefahr für jeden Dogmatismus und jede Diktatur. Es ist kein Zufall, dass die klassische Psychoanalyse als „bürgerliche Wissenschaft“ in der DDR verboten und das Werk Freuds nicht frei zugänglich war. Tiefenpsychologie ist eine exquisite Methode der Emanzipation und ein Gegengift gegen Selbstentfremdung. Den Einzelnen zur inneren Selbstständigkeit, zur Autonomie, zur Gewissenhaftigkeit erziehen, das bedeutet, ihn mit jenem Mut, mit jener Zivilcourage auszustatten, die ihn befähigt, sich unter Umständen gegen seine Umgebung, also gegen die (konkrete) Gemeinschaft, zu stellen.

Aus den USA nach Europa herüberkommend ist ein drittes Motiv zu nennen, nämlich einen Vorteil gegenüber Mitmenschen zu erringen, einen Wettbewerbsvorsprung in der Ellenbogengesellschaft gegenüber anderen, die nicht den Mut oder die Zeit aufbringen, Selbst- und Menschenkenntnis zu erwerben. Diese utilitaristische Denkrichtung sieht in jeder Krise penetrant eine Chance und verbreitet einen manchmal unrealistischen Entwicklungsoptimismus. Es bleibt freilich die Frage, ob dieses Wissen im genannten Vorteilssinne nützlich ist, oder ob es das Individuum unter Handlungszwang setzt, dem es nicht immer gewachsen ist.

Die Rolle Sigmund Freuds für die Tiefenpsychologie ist unbestritten zentral. Er nahm vielerlei Impulse auf, aber wie keiner vor und auch keiner nach ihm vermochte er die Lehre vom geheimen Seelenleben mit seiner Person zu verbinden und zu verbreiten. Alles heutige Wissen über die Tiefenpsychologie geht von ihm aus. Er konstruierte ein psychologisches Theoriegebäude, das einen gewaltigen Einfluss auf die Psychologie und

darüber hinaus auf die gesamte Wissenschaft, die Erziehung, die Literatur, die Künste und die Gesellschaft des 20. Jahrhunderts hatte.

Freud selbst hat seine Wirkung auf das Bild, das der Mensch von sich und von seiner Stellung in der Welt hat, selbstbewusst mit Kopernikus und Darwin auf eine Stufe gestellt. Er gab einen entscheidenden Anstoß zur Enttabuisierung der Sexualität. Dass er die Bedeutung der Sexualität überbewertete, schmälert nicht sein Verdienst. Die Tiefenpsychologie hat das menschliche Verhalten im Alltag und in der Krankheit neu sehen gelehrt. Ihre Grundgedanken, selbst wenn sie auf unsicherem empirischen Boden stehen, lösen damals wie heute eine fruchtbare Unruhe aus.

Die Tiefenpsychologie führt in besonderem Maße zu einer Weiterentwicklung des Bewusstseins bei solchen Menschen, die sich mit ihr auseinandersetzen. In der kurzen Zeit ihres Bestehens hat sie in der westlichen Welt, mit getragen von einer allgemeinen Anhebung des Bildungsniveaus, einen enormen Einfluss gewonnen. Die Annahme eines Unbewussten im Menschen scheint Allgemeingut geworden zu sein; wer würde heutzutage behaupten, es gäbe kein Unterbewusstsein? Allenthalben hört man Sätze wie „das habe ich verdrängt“, „da lief bei mir was unbewusst ab“ oder „da war mein Minderwertigkeitskomplex am Werk“. Begriffe wie Es, Ich und Über-Ich, Verdrängung und Sublimierung verbreiteten sich über den ganzen Globus. Die Künste sind durchdrungen von Metaphern der Tiefe und des Irrationalen. An dieser Stelle spielt die deutsche Romantik mit hinein, die das Unbewusste salonfähig machte und die die unbewussten Seelenkräfte als Quelle allen Schöpferturns feierte. Die Werbung arbeitet heute mit unbewussten Wünschen, das Militär drillt nach psychologischen Richtlinien, Polizei, Wirtschaft und Sozialverwaltung setzen Psychologen ein, keine Autobiographie kommt ohne Seelenschau aus. Bestimmte

psychische Eigenschaften wurden zu einem Türöffner beim Bewerbungsgespräch und beim Flirten. Kontrollierte Bizarrerien fördern das Image. Über sich zu sprechen wurde in Kreisen des Bürgertums zu einem normalen Vorgang. Man erinnere sich nur an eine Generation zurück: Welche Mühe hatten unsere Eltern, ihre Sorgen, Wünsche und Träume zum Ausdruck zu bringen! Welche Erleichterung für uns Heutige, geheime, halb bewusste und halbgeare Gedanken und Emotionen einem verständigen Menschen mitteilen zu können! Mit dem Individualismus des Industriezeitalters haben sich introspektive und selbstreflexive Techniken energisch verbreitet.

Zugleich hat die Tiefenpsychologie seit jeher Widerstand erfahren. Ist es der Gegenstand selbst, der viele abschreckt? Ist es wirklich eine narzisstische Kränkung sich sagen lassen zu müssen, dass das Ich nicht Herr im eigenen Hause sei, wie es Sigmund Freud so eingängig formulierte? Ist es wirklich so schwer, in sich unbewusste Prozesse vorzustellen? Oder sind es nicht doch eher die unzulässigen Verallgemeinerungen, die seltsamen Umwege und die mangelnden Beweise der Tiefenpsychologie? Den Erkenntnissuchenden kann das nicht befriedigen. Vieles von dem, was vor über 100 Jahren formuliert wurde, ist heute unwiderruflich überholt.

Tiefenpsychologie kann heute nicht mehr affirmativ betrieben werden. Man darf sich nicht darauf beschränken, überlieferte Thesen und Behauptungen wiederzugeben, sondern man muss sich mit der Denktradition auseinander setzen. Tiefenpsychologie entstand in einer Zeit, die der heutigen in vielerlei Hinsicht verschieden ist. Das Gewicht des Militärs, die Stellung der Frauen in der Gesellschaft, die Stärke der industriellen Produktion, die Position des Individuums im Verhältnis zur Gesellschaft – vieles hat sich fundamental gewandelt, vieles ist verschwunden, vieles hinzugekommen. Auf der

anderen Seite sind wir immer noch die alten Menschen mit unserer biologischen Grundausstattung und den sozialen wie individuellen Bedürfnissen. Wie auch immer, es ist genug Zeit vergangen, um die frühen Texte mit Distanz zu betrachten und nach heutigem Erkenntnisstand zu analysieren. Selbstverständlich ist es nötig, die in der Vergangenheit entwickelten Auffassungen zu verstehen, aber diese Aufgabe darf sich nicht im bewundernden Nachvollziehen erschöpfen. Man sollte sich bemühen, das Überlieferte mit dem gegenwärtigen Denken in Beziehung zu setzen.

Die Tiefenpsychologie hat, wenn sie ernst genommen werden soll, zusätzliche ethische, politische, soziale, soziologische und vor allem philosophische Dimensionen mit aufzunehmen. Freud warnte in dem Aufsatz „Die Frage der Laienanalyse“ (1926), die Psychoanalyse zu einem bloßen Therapieverfahren unter anderen zu machen. Sein Traum war es vielmehr, eine analytische Hochschule zu verwirklichen, in der alle Humanwissenschaften einschließlich der Psychoanalyse zusammenwirken zur weiteren vertieften Antwort auf die Frage: Was ist der Mensch? Sie klammert Sinnfragen und ethische Dimensionen nicht aus.

Die Überschneidung mit der Philosophie liegt auf der Hand. Es gibt keine Tiefenpsychologie ohne Philosophie. Eine ihrer grundlegenden Gemeinsamkeiten ist das Staunen. Es kann sich nicht um ein beliebiges Staunen handeln, sondern um ein Staunen besonderer Art, nämlich darüber, dass der Mensch und die Dinge in der Welt sind und nicht etwa nicht sind. Ihnen gemeinsam ist ein starker Appell, sich selbst zu erkennen – und nicht nur das, sondern sich zu ändern, zu verwandeln und zu verbessern.

Eine Besonderheit der Tiefenpsychologie liegt in der „Individuationsaufgabe“, im Aufruf, seine menschlichen Möglichkeiten zu erweitern und sich in einem humanistischen

Sinne vollumfänglich auszubilden – jedenfalls den Versuch dazu zu machen. Jene, die sich den tiefenpsychologischen Zugang erarbeiten, können tatsächlich einen anderen, erweiterten Blick auf die Welt, auf ihre Mitmenschen und sich selbst einnehmen. Tiefenpsychologie will nicht nur Neurosen heilen, sondern zur Persönlichkeitsentfaltung beitragen, nicht nur Störungen beseitigen, sondern zu einem besseren Leben anleiten. Sie verdient deshalb den Titel einer existenzialistischen Wissenschaft. Der Prozess der Individuation (Carl Gustav Jung prägte diesen Begriff) ist kein geradliniger und kein permanenter, eher verläuft er in Schüben und wird gewiss nicht angetrieben von einem Wohlleben, sondern von Krisen, Irritationen und Herausforderungen. Der Prozess ist grundsätzlich auch nicht dazu da, instrumentell auf eine technische Verwertung einer neu gewonnenen Selbstbeherrschung hinzuarbeiten. Die Tiefenpsychologie und ihre Wegbereiter fordern uns dazu auf, mehr über uns zu lernen, sorgsamer mit uns umzugehen, um am großen Ideal einer allumfassenden, friedfertigen Menschengemeinschaft mitzuwirken.

Die neuere Tiefenpsychologie versucht die Interdisziplinarität aufrechtzuerhalten und auszubauen. Man könnte von einer integrierten Tiefenpsychologie sprechen, die das Individuum in seiner Körperlichkeit, seinem Bios, seiner Psyche, seiner Seele und seinen Beziehungen gleichermaßen und gleichwertig betrachtet. Alles Seelisch-Geistige hat eine körperlich-biologische Grundlage, und alles Biologisch-Körperliche wird vom Individuum in einen seelisch-geistigen Zusammenhang eingeordnet. Die komplizierten und individuell abweichenden körperlichen und seelischen Entwicklungen und der breite Bereich therapeutischer Anwendungen legen den Psychotherapeuten nahe, sich nicht in traditionellen Schulen zu isolieren, sondern sich interdisziplinär zu orientieren. Nur eine mit Biologie und Entwicklungspsychologie, Verhaltensgenetik und Sozialwissenschaft, Anthropologie und Psychosomatik

verbundene Tiefenpsychologie kann die biologisch-seelisch-geistige Entwicklung vom ersten Schrei bis zum Tod verstehen und erklären.

Tiefenpsychologie ist ein ganzer Kosmos von sich wandelnden Theorien und Gestalten. Um diesen Kosmos nur oberflächlich zu durchwandern, wären mindestens 100 Namen und ebenso viele Konzepte und Begriffe zu erwähnen. Allein das Buch von Henry Ellenberger *Die Entdeckung des Unbewussten* ist mehr als 1200 Seiten stark. Die Entwicklung wurde von Freud angestoßen und fächerte sich schon zu Freuds Lebzeiten mit Alfred Adler, Carl Gustav Jung, Sándor Ferenczi, Franz Alexander, Otto Rank und anderen auf. Nimmt man noch die nächstfolgenden Therapeutengenerationen, die Querverbindungen, die gegenseitigen Befruchtungen und Animositäten, die Sekundärliteratur, die Ausstrahlung der Tiefenpsychologie nach außen und die Einflüsse auf die Tiefenpsychologie von außen hinzu, entsteht ein für einen Einzelnen so gut wie nicht mehr zu überschauendes Gebilde. Der letzte, der eine Gesamtschau versucht, ist vielleicht der Berliner Psychologe und Autor Josef Rattner. Die hier vorgelegte Einführung kann kaum mehr als ein Tropfen in einem Meer der Erkenntnis sein.

## Über dieses Buch

Unter Tiefenpsychologie werden mehrere Richtungen und Konzepte verstanden, die sich von der Psychoanalyse Freuds abgespalten und unterschiedlich entwickelt haben. Um sich ihr zu nähern, bieten sich mehrere Möglichkeiten an. Man könnte die einzelnen Schulen und ihre vielfältigen Querverbindungen in einzelnen Kapiteln darstellen und es dem Leser überlassen, die gegenseitigen Befruchtungen und Aversionen herauszufinden. Man könnte eine Geschichte der Tiefenpsychologie oder eine Geschichte ihrer zentralen Begriffe schreiben von ihren antiken Anfängen über Sigmund Freud bis zu den verschiedenen modernen Verzweigungen.

gen. Man könnte drittens von einer eigenen Idee ausgehend eklektizistisch ein eigenes System entwickeln und sich dankbar bei den Gründungsvätern und ihren Nachfolgern bedienen. Man könnte viertens von einer einzigen Richtung – das kann nach Maßgabe ihrer Bedeutung nur die Psychoanalyse sein – ausgehen und die Abweichungen von ihr unter problemorientiertem Aspekt messen. Man könnte die Verdienste und Probleme der Tiefenpsychologie anhand zentraler Symptome und Neurosenbilder abarbeiten. Man könnte die Tiefenpsychologie in der antiken Philosophie oder in der romantischen Medizin beginnen lassen und ihre wechselhafte Geschichte nachzeichnen. Man kann auch die Tiefenpsychologie an ihren wichtigsten Vertretern und deren Hauptthesen festmachen. Oder man nimmt Schlüsselbegriffe der Tiefenpsychologie und exemplifiziert sie anhand der verschiedenen Zugänge.

Was sich am wenigsten anbot war der Zugang über Krankheitsbilder. Die Tiefenpsychologie würde zu sehr auf eine Klinische Psychologie beschränkt werden. Das Charakteristische der „integrierten Tiefenpsychologie“, die eben erwähnt wurde, ist, dass sie ihre Fühler auch in die Philosophie, die Literaturgeschichte, den Existenzialismus, die Anthropologie, die Soziologie, die Politologie, die Pädagogik, die Biologie, die Hirnforschung und viele weitere Disziplinen ausstreckt. Tiefenpsychologie ist ein ausgesprochen breit angelegtes Fach. Man kann an sehr vielen Stellen ansetzen, wenn man sich mit dem Gegenstand beschäftigt.

Ich habe aus den Möglichkeiten vier Zugänge gewählt: zum einen die allgemeine Problemlage der Tiefenpsychologie, zweitens einen kurzen Abriss ihrer Geschichte, drittens die Beschäftigung mit einigen ihrer zentralen Figuren und viertes die Darstellung und Diskussion einiger ausgewählter Begriffe und Problemfelder. Das Buch schließt mit

Reflexionen über den Einfluss der Tiefenpsychologie auf unser Leben.

Tiefenpsychologische Literatur ist in den vergangenen 100 Jahren ins Unübersichtliche angewachsen. Darin unterscheidet sich diese Disziplin nicht von anderen Wissenschaftsrichtungen. Eine kluge Auswahl ist nötig. Folgende Bücher habe ich dankbar benutzt:

- Ellenberger, Henry (1985) *Die Entdeckung des Unbewussten. Geschichte und Entwicklung der dynamischen Psychiatrie von den Anfängen bis zu Janet, Freud, Adler und Jung*. Zürich (Diogenes). Ein bis heute unübertroffenes und kluges Buch mit detailreichem Index. Freud, Adler und Jung werden auch von anderen Autoren kompetent behandelt, aber Ellenberger sticht dadurch heraus, dass er weiter in die Geschichte zurückgeht und Pierre Janet ans Licht hebt.
- Heiss, Robert (1984) *Allgemeine Tiefenpsychologie*, Frankfurt/M. (Fischer-TB). Der Autor führt systematisch (nicht historisch-genetisch) in die theoretischen Grundlagen, die einzelnen tiefenseelischen Erscheinungen (Neurosen, Fehlleistungen, Träume), den tiefenpsychologischen Aufbau der Person (Triebe, Affekte, Konflikte) und die tiefenpsychologischen Mechanismen (Identifikation, Abwehr, Wahrnehmung, Gestaltung) ein.
- Neel, Ann F. (1969) *Handbuch der psychologischen Theorien*. Frankfurt/M. (Fischer-TB). Die amerikanische Autorin gibt einen systematischen und vorurteilsfreien Überblick nicht nur über alle Tiefenpsychologien, sondern beginnt bei den antiken Griechen und berücksichtigt zudem die Lerntheorie, die behavioristischen Theorien, die Gestaltpsychologie, Lewins Feldtheorie, Gordon Allport, die Phänomenologie sowie Selyes Stress-

konzept und sie gibt einen Überblick über die Psychologie um 1950.

- Pongratz, Ludwig J. (1983) *Hauptströmungen der Tiefenpsychologie*. Stuttgart (Alfred Kröner). Ein sehr solider und informativer Überblick über die drei Richtungen Psychoanalyse, Individualpsychologie und Analytische Psychologie, die gleichgewichtig behandelt werden.
- Rattner, Josef (1990) *Klassiker der Tiefenpsychologie*. München (Psychologie Verlags Union). Hervorragend verständlich geschriebene Portraits von 32 Persönlichkeiten der Tiefenpsychologie, angefangen von den drei Gründervätern Freud, Adler und Jung über die erste Generation der Mitarbeiter, die Neopsychoanalyse, einige Psychosomatiker, einige Psychoanalytiker der dritten Generation (Erikson, Mitscherlich und Lorenzer) bis hin zu Vertretern der Phänomenologie, Daseinsanalyse und Existenzphilosophie. Dabei werden Fülle und Reichtum (und etliche Skurrilitäten) psychoanalytischer Lehrmeinungen sichtbar.
- Wiesenhütter, Eckart (1969) *Grundbegriffe der Tiefenpsychologie*. Darmstadt (Wissenschaftliche Buchgesellschaft). Tatsächlich nicht anhand von Grundbegriffen aufgebaut, sondern anhand zentraler Figuren wie Freud, Adler, Künkel, Jung, Szondi, Schultz-Hencke, von Weizsäcker und einigen Neofreudianern, Psychosomatikern und Personalisten. Weitere Stichworte sind Psychohygiene, Suggestion und Hypnose. Solide geschrieben und gut zu lesen.
- Wyss, Dieter (1961) Die tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart – Entwicklung, Probleme,

Krisen. 5., erweiterte Aufl. Göttingen 1977 (Vandenhoeck & Ruprecht). Grundsolide, geradezu trocken, mit vielen Hinweisen auf kritikwürdige Aspekte der tiefenpsychologischen Schulen, aber nicht für Anfänger geeignet.

Besonders die Psychoanalytiker werfen jedes Jahr Dutzende von Büchern auf den Markt, die sich alle um Freud und seine Konzepte drehen. Sein Nimbus ist ungebrochen und die Autoren profitieren davon. Sehr anregend ist beispielsweise Eli (Elisabeth) Zaretsky (2006) *Freuds Jahrhundert. Die Geschichte der Psychoanalyse* (Wien, Paul Zsolnay Verlag). An Gesamtschauen zu Leben und Werk der Pioniere der Tiefenpsychologie ist kein Mangel. Aus der großen Auswahl seien empfehlend erwähnt:

- Gay, Peter (1987) *Freud. Eine Biografie für unsere Zeit*. Aus dem Englischen von Joachim A. Frank. Frankfurt/M. (S.Fischer Verlag). Gut lesbar und unabhängig geschrieben. Die dreibändige Biografie von Ernest Jones aus den 50er Jahren gilt als die offizielle: *Sigmund Freud. Leben und Werk*.
- Hoffman, Edward (1997) *Alfred Adler. Ein Leben für die Individualpsychologie*. Aus dem Amerikanischen von Eva Spur. München (Ernst Reinhardt). Das bislang unübertroffene Standardwerk zu Adler.
- Bair, Deirdre (2005) *C.G. Jung: Eine Biografie*. Aus dem Amerikanischen von Michael Müller. München (Albrecht Knaus). Vorbildlich präzise, aber reichlich detailverliebt (1166 Seiten).

Weitere Literaturhinweise und –empfehlungen werden am Schluss des Buches gegeben.

## 1. Was heißt Tiefe in der Tiefenpsychologie?

---

Das Wort Tiefenpsychologie hat der Zürcher Psychiater Eugen Bleuler (1857-1939) im Jahre 1910 in seiner Schrift *Die Psychoanalyse Freuds* geprägt. Er benutzte es, um die aufkommende Psychoanalyse von der damals vorherrschenden, akademischen Bewusstseinspsychologie abzugrenzen. Die Aufklärung als wissenschaftliche Geisteshaltung hatte sich für Vernunft, Willen, Einsicht, Erkenntnis und objektive Wahrnehmung begeistert, ein dunkles Unbewusstes war kaum in ihrem Fokus. Die neue Tiefenpsychologie hielt die Gleichsetzung von „psychisch = bewusst“ für falsch. Freud betonte denn auch, „das Psychische an sich, was immer seine Natur sein mag, ist unbewusst“, und er prophezeite, seine Lehre werde zu „grundstürzenden Abänderungen der Normalpsychologie“ führen. Freud und die Psychoanalyse wurden seither vielfach in Frage gestellt, aber an diesem Punkt behielt Freud Recht.

Was bedeutet „Tiefe“ im Begriff Tiefenpsychologie? Man sollte sich deutlich machen, dass „Tiefenpsychologie“ ein problematischer, zumindest umstrittener und angefeindeter Begriff ist. Vertreter der Phänomenologie, des Positivismus, des Empirismus und vor allem des Behaviorismus und der frühen Verhaltenstherapie leugneten die Existenz eines Unbewussten entweder oder erachteten sie für nicht relevant. Das, was wir sehen können, sei das einzige, was man beschreiben und bewerten könne. Der Rest sei Spekulation und nicht würdig einer wissenschaftlichen Erörterung. Eine eigene Position vertritt die Daseinsanalyse, die alles im und am Menschen „schon immer“ im Zwischenmenschlichen (und also nicht im tiefen Seelenkeller) angesiedelt sieht. Doch die Argumente der „Tiefen“-Skeptiker reichen nicht

weit. Die seelische Tiefe ist einfach zu konkret erfahrbar, und zwar für jeden, der sich damit beschäftigt. Auch hier hatte Freud den Weg nachhaltig gebahnt durch zwei Werke: *Die Psychopathologie des Alltagslebens* (1901) und *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten* (1905). Freud führte überzeugend aus, dass ein Teil unserer täglichen Fehlleistungen Resultat unbewusster Absichten ist. Auch konnte er auf reichhaltige Beispiele in der Literatur zurückgreifen. In *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten* untersuchte er feinfühlig die geheimen Mechanismen der Witze und beantwortet die Frage, warum wir über sie lachen, mit unbewussten, schnell ablaufenden Gedankenverknüpfungen. Die Oberfläche enthüllt bei genauer Analyse Tieferliegendes.

### Die Tiefe des Unbewussten

Tiefe im ursprünglichen Sinne ist eine Raum- oder Ortsbestimmung. Tiefe meint unten, in den tiefen Schichten, im Keller, im Dunkeln. Die Topologie stand Pate beim wohl berühmtesten psychischen Modell, dem topischen Modell von Sigmund Freud mit den Elementen Es, Ich und Über-Ich. Daneben benutzte Freud die Unterscheidung bewusst, vorbewusst und unbewusst, wobei das Unbewusste „tief unten“ angesiedelt wurde. Das Unbewusste umfasst die dem Bewusstsein verborgenen, dunklen, wenig gesellschaftsfähigen psychischen Kräfte, die im Es schlummern. Je höher es in den Schichten hinaufgeht, desto heller wird es. Im Dämmerlicht liegen und leben die vorbewussten seelischen Inhalte. Das Bewusstsein strahlt im hellen Sonnenlicht, seine Inhalte sind kognitiv präsent.



Die Ortsbestimmung ist so eingängig und unmittelbar einleuchtend, weil sie mit dem Bild vom Haus verbunden wurde: Im Keller rumoren die unbeherrschten, ursprünglichen Triebe, die von unten die Treppe hoch drängen und gegen das Ich im Erdgeschoss anstürmen und an der Türe rütteln. Oben, im Oberstübchen, wohnt das Über-Ich, das Gewissen, das seine Befehle und Ansichten nach unten zum Ich schickt. Freud sah das Ich eingeklemmt zwischen Es und Über-Ich, das Ich, ein armes Würstchen, das nicht Herr ist im eigenen Haus. Die drei Instanzen befinden sich in einem ständigen Machtkampf, der vorübergehend mit Kompromissen zur Ruhe kommt. Am energiereichsten ist das Es, das seine Triebe befriedigt sehen möchte. Das Ich verbündet sich mit dem Über-Ich, um die Es-Ansprüche abzuwehren. Speziell in der Psychoanalyse bezeichnet die Tiefe das Verdrängte bzw. die verdrängten Triebe.

Tiefe im örtlichen Sinne heißt unter anderem, dass der Zugang erschwert ist – ähnlich der 1500 Meter Wassertiefe, in welcher der Ölkonzern BP im Golf von Mexiko im Sommer 2010 versuchte, an einer Bohrinselfleckgeschlagenes Bohrloch zu schließen. Die technische Frage war: Wie kommt man da ran? Freud hat für das Unbewusste in der Psyche eine Antwort gegeben, die noch heute gültig ist: die freie Assoziation. Durch möglichst unzensuriertes Aussprechen aller auch halbunbewussten Gedanken im entspannten Liegen auf der berühmten Couch sollte der Patient immer näher an seine verdrängten Ahnungen, Einsichten, Ideen und Motive heranrücken. Freuds Satz, der Traum sei der Königsweg zum Unbewussten, darf heute revidiert werden. Seine Traumtheorie ist problematisch und in seinen Grundannahmen nicht nachvollziehbar. Aber es gibt das Selbstgespräch, den andauernden inneren Monolog, in den der Patient ebenso wie der aufmerksame Mensch hineinkommen sollte.

Carl Gustav Jung nahm für sich in Anspruch, den Stollen ins Unbewusste noch weiter vorangetrieben zu haben als Freud. Jung

glaubte, so genannte Archetypen im Unterbewussten seiner Patienten und bei Autoren nachweisen zu können, von denen er postulierte, dass sie aus der Frühzeit der Menschen stammen und seitdem vererbt werden. Es handelt sich um ein kollektives Unbewusstes, an dem alle Menschen teilhaben. Für eine solche lamarckistische Annahme gibt es keinen Beweis, dennoch ließ sich Freud von Jungs Idee anstecken, und auch Alfred Adler hatte lamarckistische Anwendungen.

### Die Tiefe der Zeit

Die Tiefe ist oftmals das Frühe, Ältere, Anfängliche und Primitive. In der Tiefenpsychologie sind es die entscheidenden ersten Lebensjahre, das Säuglingsalter, die Geburt (Otto Rank) oder gar das vorgeburtliche Leben, die das Individuum vermeintlich determinierend prägen. Gegenwärtiges Erleben und Verlangen wurzelt vor allem in der spezifischen Verarbeitung frühkindlicher Erfahrungen, so die Grundannahme. Das hat Konsequenzen vor allem für die Therapie. Die Psychoanalyse sucht nach immer früher liegenden, verschütteten Kindheitstraumata, die Individualpsychologie fragt nach den ersten Kindheitserinnerungen und ihrer Kompensation, und die Jung'sche Schule möchte den Patienten in Kontakt mit seinen Archetypen bringen. Mit entscheidend sind die frühen und ersten Beziehungen und Interaktionen, vor allem zur Mutter, aber auch zu anderen Beziehungspersonen. Ihre Gestalt prägt manchmal alle späteren Beziehungsversuche.

Angenommen wird, dass die Einsicht in die unterirdischen Verbindungen zur Heilung führt. Wie schon Freud ahnte, ist dieser Zusammenhang keineswegs immer gegeben und sind die Erfolgsaussichten einer Therapie weniger groß als erhofft. Freud wusste, die ehrliche Analyse der eigenen Psyche macht nicht glücklich, aber die Beschäftigung mit der persönlichen Biografie ist ein ziemlich probates Mittel, um mehr Selbstsicherheit

und Klarheit zu gewinnen. Der Überblick über das eigene Gewordensein und die Einsicht in psychodynamische Zusammenhänge sind geeignet, sich auszusöhnen mit der Vergangenheit und dem Leben eine andere, hoffentlich bessere Richtung zu geben. Die Kindheit ist dabei nicht so zwingend ausschlaggebend, wie früher angenommen wurde. Seit längerem wird anerkannt, dass Bedeutsames in jedem Lebensalter stattfinden kann und nicht jede aktuelle Störung in der Kindheit wurzeln muss.

### Die Tiefe der Existenz

Die dritte Tiefendimension ist das Bedeutsame, das Vordringliche, das Entscheidende, das Wesentliche. Gesucht wird nach dem Wesen des Menschen, nach dem Geheimnis des Seelischen, nach den Grundbedingungen seiner Entwicklung, nach den Wesensmerkmalen der menschlichen Verfassung, nach den Existenzialen (Martin Heidegger). Spätestens hier ist der Punkt, an dem sich Tiefenpsychologie und Philosophie unabweislich treffen. Beide beschäftigt die Frage: Was ist der Mensch? Der amerikanische Psychiater Irvin Yalom hat die Tiefe des menschlichen Seins eigens thematisiert. Er bezieht seine Existenziale Psychotherapie auf die Konfrontation des Individuums mit den – wie er es sieht – vier großen Gegebenheiten der Existenz: der Todesfurcht, dem Widerspruch zwischen Freiheit und Determination, der Angst vor der Isolation und der Sinnlosigkeit des Kosmos. Diese Themen können nicht nur einer Therapie Tiefe geben. Yalom sieht sich in der Tradition des europäischen Existenzialismus, der im Gegensatz zum amerikanischen Pragmatismus steht, welche er beide dennoch gekonnt verbindet.

Das Wesentliche bedingt Ernsthaftigkeit und intellektuelle Redlichkeit. Tiefenpsychologie hat nichts gemein mit den üblichen Zerstreuungen des Alltags. Das Therapiezimmer ist sozusagen geheiligter Boden, nichts Pro-

fanen darf ihn besudeln. Heidegger unterschied zwischen dem gewöhnlichen, banalen Gerede und der gehaltvollen Rede (auch über sich). In Tiefenpsychologie und Psychotherapie soll das geistvolle, lebendige, ausdrucksstarke, essenzielle Gespräch vorherrschen, das deutlich anders ist als das gewohnte.

### Die Tiefe als das Primäre

Auf einen vierten Aspekt von Tiefe macht Ludwig Pongratz in der Einleitung zu *Hauptströmungen der Tiefenpsychologie* (1983) aufmerksam. Tiefe ist hier das Primäre in der zeitlichen Bedeutung, aber auch im Sinne des Bedeutsamen, Wesentlichen, Entscheidenden. Für Freud war das Unbewusste „das Psychische an sich“. Der Arztphilosoph und Freund Goethes, Carl Gustav Carus, hat es in seinem Buch *Psyche* (1846) so formuliert: „Der Schlüssel zur Erkenntnis vom Wesen des bewussten Seelenlebens liegt in der Region des Unbewusstseins.“ Dieser Aufgabe stellt sich die Tiefenpsychologie, sie weist Wege zum Unbewussten. Die Tiefe ist insofern das Primäre, als wir aus dem Unbewussten der ersten Kinderjahre aufsteigen zu immer mehr Bewusstsein. Das noch nicht Erinnernte hat Einfluss auf unser späteres Leben. Primär ist das Unbewusste bzw. die frühkindliche Amnesie, sekundär die aufsteigenden Stufen der Bewusstseinszustände. Ob die frühkindliche Bewusstlosigkeit so entscheidend ist, bleibt umstritten. In der Regel gehen Tiefenpsychologen jedoch davon aus, dass der Schlüssel zum Verständnis des späteren Lebens in diesen frühen Jahren liegt.

### Das Dunkle in der Tiefe

Die Metaphern Wahrheit und Licht tauchen in der Aufklärung immer wieder zusammen auf. „Jede Wahrheit ist ein Licht“, schrieb Erasmus, worin ihm 400 Jahre später die Daseinsanalyse folgte. Der Mensch ist ein

nach Licht strebendes Wesen, welches das Licht der Wahrheit und Wahrhaftigkeit so notwendig braucht wie Nahrung und Kleidung. Mit Martin Heidegger entwickelte die Daseinsanalyse ein Konzept, das sich auf die Dualitäten von eigentlich/uneigentlich, offen/verschlossen, durchsichtig/verborgen, licht/dunkel etc. stützt. Das Gemeinsame der Menschenwelt ist ihre potentielle Weltoffenheit und Ansprechbarkeit auf alle „gelichteten Dinge“. Neurose wendet sich vom „Licht“ ab, verschließt sich gegen die lichten und heiteren Seiten der Existenz, während das Vergessen wie das Verdrängen seiner Natur nach dunkel ist. In der Philosophie der Daseinsanalyse kommt der Mensch ohnehin aus einem „dunklen Grund“, das ist sein „Geworfensein in die Welt“ auf der Grundlage seines Erbgutes, der unaufhebbaren Naturgesetze und seines zufälligen sozialen Milieus.

In der Neurose werden die einst lebendigen Wünsche in ein namen- und wortloses Dunkel verbannt, doch senden sie ihre camouflierten Signale an die Oberfläche, die zunächst nur der Therapeut empfangen kann. Die Gefühle der Isoliertheit und Abgetrenntheit von den Mitmenschen kennt jeder, wenn er nur ehrlich ist. Manchmal nur kurz, manchmal lang lebt man in psychischer Dunkelheit und hat Angst nicht nur vor dieser Dunkelheit und vor erneuter Enttäuschung, sondern paradoxer Weise auch vor dem „Licht“, vor dem bunten Leben und seinen Anforderungen, vor einer notwendigen Veränderung. Vor allem die Grundstimmung bestimmt, ob der Einzelne sich eher zur Helligkeit, zur Lichtung, zur Offenheit hingezogen fühlt, oder eher zur Dunkelheit, Verborgenheit, Verschlossenheit, Verdrängung.

Eine wünschenswerte Gestimmtheit wäre gelassene Heiterkeit, wobei heiter schon auf hell und damit auf Gelichtetheit und Offenheit hinweist. „Gelassen“ wiederum heißt so viel wie, die Welt so zu erkennen, so zu lassen, wie sie wirklich ist. Es geht darum, im

Annehmen der dunklen Seiten seiner Person, im Anpacken der konkreten Lebensaufgaben, in der Erweiterung seines Gefühls- und Handlungsrepertoires und im gelassenen Umgang mit der Unendlichkeit der Welt eine Vollumfänglichkeit und Vervollkommnung anzustreben. Was dunkel ist, soll erhellt werden, das Verborgene muss ans Licht kommen und mit anderen geteilt werden. Das ist vielleicht die wichtigste Botschaft der Tiefenpsychologie.

### Das horizontale Unbewusste

In jüngerer Zeit wurde von Günter Gödde und Michael Buchholz noch ein weiterer Aspekt des Unbewussten akzentuiert, das sie horizontales Unbewusstes nennen, welches sie vom vertikalen Unbewussten abgrenzen. Das vertikale Unbewusste ist das, was weiter oben als die „Tiefe des Unbewussten“ beschrieben wurde.

Beim *horizontalen* Unbewussten handelt es sich in einem Satz gesagt um die immer wieder zu machende Erfahrung, dass die Unbewusstheiten zweier Menschen miteinander kommunizieren, sich unterhalb der Wahrnehmungsschwelle begegnen und dort etwas bewirken. Manchmal wird etwas verstanden, bevor es gesagt ist. Die psychotherapeutische Kunstfertigkeit zeigt sich vielleicht nicht so sehr in verblüffenden Deutungen, eher in der Intuition, dem sich emotional Anrühren lassen, der Ergriffenheit. Dieser Aspekt ist mit am schwersten zu vermitteln in der psychotherapeutischen Ausbildung.

Anders also, als es eine vertikale Theorie des Unbewussten will, geht es im Therapiezimmer um Resonanz zwischen einem Patienten und dem Therapeuten. Die Tiefe in einer horizontalen Dimension der Begegnung ist vergleichbar mit einer Mutter, die sich wie ein Seismograph auf die Töne und Geräusche ihres Babys einstellt. Umgekehrt „versteht“ das Unbewusste der Kinder oft das der Eltern erstaunlich präzise. Und in langjährigen Partnerschaften erfassen sich die Beteiligten

oftmals wortlos, eine beglückende Erfahrung. In der Therapie ist ein solcher Zustand nur selten zu erreichen – bis zu dem Augenblick, in dem etwas geschieht, was einem schlagartig wie durch das plötzliche Aufleuchten eines Blitzes deutlich macht, dass man das die ganze Zeit schon »wusste«. Theodor Reik hat über solche Erfahrungen berichtet, sein *Hören mit dem dritten Ohr* ist sprichwörtlich geworden.

Das vertikale Modell ist ein wenig problematisch, weil es die Tendenz hat, die Oberfläche als oberflächlich zu entwerten. Das Wahrgenommene müsse – wie Freud postulierte – gegenüber den vermuteten inneren Strebungen zurücktreten. Die Suche nach dem Unbewussten hat eine Haltung des Argwohns gezüchtet, welche den Patientinnen und Patienten immerzu nachzuweisen will, dass sie eigentlich etwas anderes mei-

nen, als sie tatsächlich sagen. Dahinter steht die Wertung, dass der Körper das Tiefere und Eigentliche sei, die Sprache hingegen nur das vergleichsweise spät Hinzugekommene, das, was über wahre Absichten auch täuschen kann und deshalb nicht unbedingt verlässlich ist.

Die moderne Tiefenpsychologie geht dahin, alle Phänomene gleich wertzuschätzen: die Tiefe und die Oberfläche, den Körper und den Geist, das Manifeste und das Latente, die Sprache und die Gefühle, das Tatsächliche und das Verborgene. Es war wohl ein Fehler der Vergangenheit, sich auf die eine oder andere Seite zu schlagen und den jeweils bevorzugten Aspekt zu verabsolutieren.

## 2. Gemeinsame Merkmale der Tiefenpsychologie

---

Unter Tiefenpsychologie versteht man jene philosophisch-wissenschaftliche Psychologie, welche die Existenz eines unbewussten – dem Bewusstsein nicht direkt zugänglichen – Bereichs der Psyche anerkennt und eine Methode besitzt, diesen zu erforschen. Die biographische Methode, die Traumanalyse, die Methoden des freien Einfalls und der unzensierten Assoziation, die Amplifikation (in der Analytischen Psychologie Jungs), die Erhebung des Lebensstils, die ersten Kindheitserinnerungen, die Aufdeckung der seelischen und sozialen Dynamik – all das sind solche erhellenden Methoden. Sie dienen in erster Linie dazu, bedrückende, beschämende und traumatische Erfahrungen zu erkennen, ans Licht zu heben und ihre Wirkung zu verstehen, um sie dadurch zu entschärfen und später zu integrieren. Nicht immer wird das Unbewusste gesucht, oftmals geht es auch um Unverstandenes oder nicht eigens Bedachtes oder bewusst Weggeschobenes. Versagungen, Gehemmtwerden, Fehlschläge, verpasste Chancen, Leiden, Beschämungen, Demütigungen, Überforderungen usw. gehen nicht spurlos an einem vorüber und können zu Leidenssymptomen führen, die Ausgangspunkt einer Therapie sind. Das Verdrängte, das Unverstandene und das nicht eigens Bedachte sind, das sollte nicht vergessen werden, manchmal auch verkannnte Quellen der Einsicht und damit der Kraft und der Willensbildung. In der Tiefe des Unbewussten liegen Unheil und Heilung nahe beieinander.

Die tiefenpsychologischen Schulen gehen von unterschiedlichen Menschenbildern aus, aus denen verschiedene therapeutische Zugangsweisen abgeleitet wurden. Bei allen Unterschieden: Was sind die Gemeinsamkeiten der Tiefenpsychologie?

### Das Unbewusste

Spätestens seit Freud dürfte bekannt sein, dass nicht alles Denken, Empfinden und Erinnern vollständig bewusst ist und registriert wird. Alle tiefenpsychologischen Schulen gehen vom Vorhandensein eines unbewussten Seelenlebens aus und rechnen konsequent mit seiner prinzipiell erkennbaren Wirkung auf das Wachbewusstsein mit seinen Handlungs- und Gefühlsakten. „Das Unbewusste“ ist ein reichlich unpräziser Begriff mit tiefen Wurzeln in der Romantik, der Philosophie und der Weltliteratur. Das Unbewusste besteht aus Erlebnissen, Erinnerungen, Verdrängungen und die Reaktionen darauf. Behauptet wird, dass das Unbewusste das Primäre und Dominante im Seelenleben ist (im Gegensatz zum Bewusstsein) und dass es von den sichtbaren Phänomenen her erkennbar ist. Tiefenseelische Vorgänge gehören mit zur Grundlage der Persönlichkeit, wunderbar erkennbar am Traum. Die Tiefenpsychologie geht ferner davon aus, dass der Bereich des Bewussten durch spezielle Verfahren erweiterbar ist und dass der Betreffende davon einen Vorteil hat.

Hauptgegenstand der Tiefenpsychologie ist der Mensch, entweder als Monade oder Individuum oder in seiner Rolle als Mitmensch. Genauer gesagt, es ist der Mensch mit seinen psychischen Akten, die analytisch zerlegt werden können. Der Zugang ist weitgehend idiographisch, d.h. qualifizierend, narrativ (erzählend) und adjektivistisch-wertend, während der nomothetische, d.h. quantitative, experimentelle und messende Ansatz nur mit Widerwillen und zögernd von der Tiefenpsychologie integriert wurde.

Den unbestimmten Begriff vom Unbewussten legt jede tiefenpsychologische Schule

anders aus. Mal wird es riesengroß angesetzt mit einem kleinen Bewusstseinsanhängsel, dargestellt im Bild vom Eisberg, dessen Hauptanteil unter Wasser liegt, mal wird dem Bewusstsein mehr Raum gegeben. Arthur Schopenhauer, Friedrich Nietzsche und Eduard von Hartmann sahen den Menschen als Marionette seines triebhaften „Willens“. Auch Freud und Jung schrieben den irrationalen Kräften große Macht zu, während Adler mehr auf Einsicht und Vernunft setzte. Während die Psychoanalyse das Unbewusste als Rumpelkammer und unaufgeräumten Keller der Psyche ansah, glaubte Jung, das Unbewusste halte archaische Schätze bereit.

Metaphern vom Unbewussten sind Urgrund, Tiefe, Inneres, Wesen, Kern – im Gegensatz zu Vordergrund, Oberfläche, Äußeres, Fassade, Schale. Unbewusstes wird assoziiert mit Irrationalität, Wahn, Traum, Intuition, Spontaneität, Vitalität, Lebenskraft, Dämonie, blinder Wille (Schopenhauer), Natur, Leib, Lust, Begierde, Instinkt, Aggressivität, Leidenschaft, Affekt, Schöpferkraft, Genie, Unlogik, Dunkelheit, Seele, das Gute (Nietzsche), das Böse (Schopenhauer); Bewusstsein mit Rationalität, Überlegung, Vernunft, Verstand, Aufmerksamkeit, Denken, Wachheit, Beherrschtheit, Aufklärung, Fortschritt, Erkenntnis, Logik, Pflicht, Licht, Geist, das Gute (die Aufklärung), das Böse (Horkheimer und Adorno). Alle Vorstellungen vom Unbewussten sind willkürlich, die Spekulationen fügen sich nicht zu einem Ganzen, weil bislang die Empirie fehlt. Es gibt mehrere Tiefenpsychologien. Die Theoretiker des Unbewussten leben zudem in der Aporie, dass sie Bewusstsein brauchen, um das Unbewusste zu erkennen und zu beschreiben.

Wieder ging alles von Freud aus. Er überwand die damals vorherrschende Bewusstseinspsychologie, die das Unbewusste aus der Wissenschaft ausschloss und in den Bereich der Kunst verwies. Er überwand ferner die Vorstellung, dass der Kranke

und der Gesunde gänzlich unterschiedliche psychische Zustände hätten. Vielmehr gibt es ein Kontinuum zwischen gesund und krank bzw. abnorm. Der psychisch Gestörte weiß nicht, was letztlich seine Symptome auslöst und unterhält, aber auch der Gesunde hat nicht vollen Einblick in seine Gedanken und Motive.

Die Lehre vom Unbewussten hat sich seit Freud vielfach verzweigt. Er sah die Quellen des Unbewussten in verdrängten Triebansprüchen. Adler sprach lieber vom Unverstandenen. Der Mensch bedient sich der Verdrängung, um sein Selbstwertgefühl (und sein Größenideal) aufrecht zu erhalten. Dem ontogenetischen und dem persönlichen Unbewussten fügte Carl Gustav Jung das phylogenetische oder kollektive Unbewusste hinzu. Dazwischen siedelte Leopold Szondi, ein ungarisch-schweizerischer Mediziner und Psychologe, das familiäre Unbewusste an, das die Auswahl unserer Freunde und Partner mitbestimmt. Nach Viktor Frankl, einem österreichischen Neurologen und Psychiater, verdrängt der moderne Mensch ethische und religiöse Grundbedürfnisse, die ihm Sinn verleihen könnten. Erich Fromm kam anhand der Analyse moderner Gesellschaften vor dem Zweiten Weltkrieg zur Annahme eines sozialen Unbewussten. Jede Gesellschaft bestimme, welche Gedanken und Empfindungen die Schwelle des Bewusstseins überschreiten dürfen und welche nicht. Der „Gesellschafts-Charakter“ (Fromm) strukturiere die öffentliche und private Moral. Der Neo-Psychoanalytiker Harald Schultz-Hencke hielt die Hemmung und die Gehemmtheit für die Hauptneurose seiner Zeit, wobei viel mehr verdrängt werde als nur Triebe.

Damit immer noch nicht genug. Verdrängt und ins Unbewusste abgeschoben werden können nicht nur alles Peinliche und Inkompatible, sondern auch Gutes wie Vitalität, Selbstsorge oder Optimismus, wenn nämlich mächtige Personen oder Einflüsse der Umgebung dies ausdrücklich oder indirekt ver-

langen. Die Inhalte des Unbewussten erweiterten sich im Laufe der Jahrzehnte ständig, und heute ist man der Meinung, dass praktisch alle Gedanken, Motive und Wünsche betroffen sein können.

### Das dynamisch-genetische Modell

Für die Tiefenpsychologie ist das seelische Geschehen ein dynamisches und ein genetisches. Das menschliche Leben ist eine fortwährende Entwicklung (Genese), das sich in Zeit und Raum in einer ständig sich fortsetzenden Mischung von Vorbedingungen und neuen Einflüssen lebendig (dynamisch) entwickelt, die zu einem gegebenen Zeitpunkt beschreibbare Gebilde wie Persönlichkeit, Krise und Konflikt ebenso wie Homöostase (befriedigendes Gleichgewicht) hervorbringen. Leben ist Bewegung, betonte Adler. Was heute ist, ist gestern vorbereitet worden. Der Mensch wird von der Tiefenpsychologie als geschichtliches Wesen mit einer Entwicklung und in Bewegung begriffen.

Dynamik entsteht durch die sich verändernden Erfordernisse in der fortlaufenden Zeit, durch die Zufälle äußerer Einwirkungen (Umwelt) und durch die unaufhebbaren Dichotomien im menschlichen Leben. Grundlegende Dichotomien sind die von Einssein und Einzelnersein, von sozialer Bindung und individueller Entfaltung, von männlich und weiblich, Liebe und Hass, Kontrolle und Spontaneität, Kleinheitsgefühl und Größenwahn. Erst diese Dichotomien machen die Spannungen zwischen den Menschen und im Menschen selbst verständlich. Duales und dichotomisches Denken findet sich fast überall in der Tiefenpsychologie, wobei die einzelnen Autoren Verschiedenes herausgreifen, Freud beispielsweise den Gegensatz von Trieb und Kultur, Adler die Pole Geltungsstreben und Gemeinschaftsgefühl. Ein früher übliches striktes Entweder-oder ist schon länger einer differenzierten Betrachtung gewichen: Sowohl als auch – je nachdem. Damit wird auch ein früher herrschender Determinismus in der psychischen Ent-

wicklung überwunden. Die Analyse richtet sich jetzt auf die vielen verschiedenen Einflussmöglichkeiten und unterschiedlichen Reaktionsweisen, was eine Voraussage künftigen Verhaltens erschwert. Aber nur so kann man der ohne Zweifel vorhandenen Dynamik gerecht werden.

### Die Dialektik

Es ist ein gemeinsames Merkmal aller tiefenpsychologischen Theorien – vielleicht mit Ausnahme der Daseinsanalyse und mit einer Sonderstellung der frühen Individualpsychologie –, dass sie dialektisch denken. Dialektisch heißt, dass sie von gegensätzlichen Kräften im Seelenleben ausgehen, was sich als Ambivalenz ausdrückt und oftmals mit einem Gefühl der inneren Zerrissenheit einhergeht. Diese Gegensätze sind bei Sigmund Freud die unterschiedlichen Interessen der seelischen Abteilungen Ich, Es und Über-Ich, der anthropologische Gegensatz zwischen Eros und Thanatos, der zwischen Aggression und Libido, zwischen bewusst und unbewusst, Lust und Unlust, aktiv und passiv, zwischen Spannung und Entspannung, zwischen Besetzung und Gegenbesetzung, feminin und maskulin. Die Männer würden ihre femininen Tendenzen verdrängen, die Frauen ihre maskulinen. Adlers Theorien fußen auf dem Gegensatz zwischen Geltungsstreben und Gemeinschaftsgefühl, männlich und weiblich, oben und unten. Seiner Ansicht nach kommt diese Bipolarität jedoch negativ nur im Neurotiker zum Ausdruck, während der Gesunde, der zugleich ein Mensch mit großem Gemeinschaftsgefühl ist, diese Widersprüche nicht spürt. Im Gesunden seien dessen Interessen und die Interessen der Gemeinschaft identisch. Das System von Harald Schultz-Hencke ist auf dem Gegensatz von gehemmt und expansiv aufgebaut. Carl Gustav Jungs Psychologie ist ebenfalls dialektisch konstituiert. Anima und Animus, bewusst und unbewusst, Kompensation und Selbstregulation, Extraversion und Introversion sind Gegensätze. Die auffallende Über-

einstimmung der tiefenpsychologischen Theorien in diesem Punkt lässt die Vermutung zu, dass hier reale Beobachtungen eingegangen sind, die schon von den Philosophen der Antike und den Literaten der Romantik erkannt worden waren.

Die tiefenpsychologischen Theorien haben die Synthese der dichotomischen Strebungen nicht durchgehend im Auge gehabt, zumindest nicht zu einer ihrer Hauptaufgaben gemacht. In der Psychoanalyse ist es das Ich, das zwischen den Instanzen vermittelt und eine gewisse souveräne Stabilität erreichen kann. Bei Karen Horney ist es das Selbst, welches unterschiedliche Bestrebungen integriert. Bei Adler ist das Gemeinschaftsgefühl einerseits Gegenspieler des Geltungsstrebens, andererseits Synthese von Minderwertigkeitsgefühl und Geltungsstreben. Ein Versuch, die Wirkung der Gegensätzlichkeit zu beschreiben, könnte der Begriff der Resultante sein, wie ihn der Soziologe Helmuth Plessner in den zwanziger Jahren des vorigen Jahrhunderts gebrauchte. Unterschiedliche und gegensätzliche Bestrebungen im innerseelischen Prozess können sich in ambivalenten Handlungen, Gedanken und Gefühlen äußern, aber ebenso in einem kräftigen Aktionismus und harten Urteilen. Die Analyse eines Patienten führt möglicherweise zu der Bewusstwerdung der Gegensätze, für ihre Auflösung ist in der klassischen Psychoanalyse wenig Platz. Adler appellierte an das Gemeinschaftsgefühl und forderte von den Patienten, sich aktiv anzupassen. Für das Drama innerer Konflikte hatte er kein Gespür, im Gegensatz zu Karen Horney (*Unsere inneren Konflikte*, 1945), die den neurotischen Menschen nicht nur in seinen Symptomen, sondern als Typus ins Auge fasste. Die tiefenpsychologischen Schulen sind sich auch nicht einig darüber, ob Konflikte eine anthropologische Grundtatsache oder allgemeiner Bestandteil von Neurosen sind.

## Die biographische Methode

Die Tiefenpsychologie geht von der Einzelperson, dem Individuum aus. Sie nähert sich ihm über dessen Biografie, seinem Gewordensein. Die Biographik berücksichtigt die Geschichtlichkeit des Individuums und seine Individualität. Aus dem Überblick über den Lebenslauf erschließt sich die Dynamik seines Lebens auf der Basis vielfältiger Informationen: die frühen Kindheitserinnerungen, die Träume, die Fehlleistungen, die entscheidenden Schwellensituationen, die Reaktions- und Kompensationsformen, die Beziehungen und ihre Gestaltung. Stand bei Freud die Kind-Eltern-Beziehungen im Vordergrund, so hat sich auch hier die Vorgehensweise aufgefächert. Die vielfältigsten Einflüsse werden abgeglichen mit den Bewältigungsstrategien des Einzelnen. Was die einen ohne Weiteres kompensieren können, lässt andere zerbrechen. Und immer versuchte die Tiefenpsychologie daraus allgemeine Gesetze abzuleiten in Form von Allaussagen über „den Menschen“.

Lebensbeschreibung und Selbstbeschreibung sind uralte Erzählformen. Der innere Gehalt einer Lebensgeschichte hängt von der betrachteten Person, in der Psychologie zusätzlich von den psychologischen Kenntnissen des Therapeuten ab. Das Studium eigener und fremder Lebensgeschichten macht mit den Kern tiefenpsychologischer Bemühungen aus. Jeder kann sich über das Medium Biografie und Autobiographie ein unerschöpfliches Reservoir an Menschen- und Selbsterkenntnis erschließen. Die Erforschung des Menschen ist zugleich die Erforschung seines Lebensschicksals. Adler betonte, es sei eine erlernbare Kunst, eine Krankengeschichte zu lesen. Es gelte, den Lebensstil eines Menschen zu verstehen, sein inneres Gesetz, unter dem er angetreten ist. Eine Teilantwort liefert die Charakteranalyse.

Inneres Erleben spielt eine ebenso große Rolle wie gewollte und zufällige Umweltein-



flüsse. Speziell die Individualpsychologie praktiziert ausgefeilte Lebensstilanalysen. Subjektiv erlebtes und objektiv stattgefundenes Leben sind nicht leicht auseinander zu halten. Den tiefenpsychologischen Schulen gemeinsam ist die Suche nach einem *Sinn* hinter den zunächst wahllos angebotenen Lebensdaten, nach einer inneren Struktur, die dem Patienten hilft, seine meist unterbrochene und ins Stocken gekommene Entwicklung fortzusetzen.

Den Lebenslauf zu beschreiben ist neben Sinnkonstruktion auch Selbstkonstruktion. Jeder Mensch entwirft seine eigene Biografie in unterschiedlichen Lebenssituationen (beim Bewerbungsgespräch, beim Flirten, bei der eigenen Lebensrückschau, beim Psychologen), und Biografien bilden ein wichtiges Instrument der Erinnerung an andere Personen. Über das eigene Leben nachdenken geschieht in der nicht unberechtigten Hoffnung, durch Besinnung auf seine Ursprünge und seinen Werdegang den Mut zum Weiterschreiten und Weitermachen zu finden. Oft hat ein Menschenleben einen verworrenen Lauf mit vielfachen Beschämungen und Niederlagen. Die biographische Methode kann das scheinbare Chaos verstehbar machen, eventuell auch ordnen. Selbstverstehen und Sinngebung gehören zusammen. Jeder Mensch ist ein einmaliges Ergebnis seines Herkommens, seiner Fähigkeiten, seiner Umwelt und seiner Entwicklung. Die Persönlichkeit ist ein historisch sich entwickelndes Ganzes.

### Die hermeneutische Methode

Die Tiefenpsychologie versucht den Menschen zu verstehen und sie versucht, das Verstandene zu erklären. Der Mensch aber ist auslegbar. Er entzieht sich der Eindeutigkeit. Seine Erscheinungsform ist vielfältig und vieldeutig. Seit jeher versucht man, diese Schwierigkeit zu minimieren. Ein Instrument dazu ist die Hermeneutik.

Hermeneutik ist eine seit der griechischen Antike gepflegte Auslegekunst, dürfte aber als genuin menschliche Tätigkeit so alt wie die Menschheit selbst sein. In der griechischen Antike wurde der Umgang mit Mythen und Orakeln zum Anstoß, sich tiefer mit den Möglichkeiten ihrer Interpretation auseinander zu setzen. Als *hermeneutike techné* ist der Begriff bei Platon im Zusammenhang mit religiöser Weissagung überliefert. Übertragen auf andere Bereiche hatte die Hermeneutik die Aufgabe, die verborgene Bedeutung eines Textes oder eines Objektes zu erkunden. Mit Friedrich Schleiermacher erweiterte sich die Verstehensbemühung auf die Bibel und den Künstler (*Hermeneutik und Kritik*, 1838). Und Wilhelm Dilthey entfaltete zwischen 1900 und 1910 auf dieser Basis das *Verstehen* zu einer wissenschaftlich fundierten Technik aller Geisteswissenschaften.

Dilthey wollte in einem „hermeneutischen Zirkel“ den ganzen Menschen und das ganze Leben zum Gegenstand des Philosophierens machen. Hermeneutischer Zirkel besagt, dass der Interpret von einem Vorverständnis her seine Textkritik beginnt und in einem ständigen, im Prinzip niemals abgeschlossenen Wechselspiel zwischen Text und Interpret immer wieder zu seinem Ausgangspunkt zurückkehrt, jedoch jeweils auf einer höheren Stufe des Durchdringens. Der hermeneutische Prozess bzw. Zirkel nach Dilthey enthält damit ein Paradoxon, welches schon Kant bemerkt hatte: Das, was verstanden werden soll, muss schon vorher ansatzweise verstanden worden sein. Es gibt kein voraussetzungsloses Denken.

Hans-Georg Gadamer wurde die entscheidende Figur für die Entwicklung der Hermeneutik im 20. Jahrhundert. In seinem 1960 erschienenen Hauptwerk *Wahrheit und Methode* arbeitete er die enge Wechselbeziehung zwischen dem Sein und der Sprache, die Abhängigkeit des Verstehens von vorbestehenden Urteilen, die Notwendigkeit der Erarbeitung einer gemeinsamen Sprache für die Verständigung und das damit verbunde-

ne Modell der „Horizontverschmelzung“ der Diskutanten heraus. Er lehnt den Anspruch auf Objektivität in der Verstehenskunst ab, wie ihn noch Schleiermacher vertrat.

Die Begrenztheit des Verstehens ergibt sich aus unserem Beteiligtsein am Verstehen und unseren „Vorurteilen“ beim Verstehen von Kunst oder was auch immer. Immer sind gegenwärtige Belange und Interessen mit im Spiel. Gadamer verdammt das Vor-Urteil aber nicht, sondern integriert es in seine Hermeneutik als nicht vermeidbare Bedingung. Eine Konsequenz von Gadamers Ehrenrettung des Vor-Urteils ist die bewusste Anerkennung des Einflusses von Autoritäten, Traditionen und Geschichte als legitime Quellen des Vor-Wissens. Hermeneutisches Bewusstsein ist ein von Geschichte beeinflusstes Bewusstsein, was bedeutet, dass eine jede Zeit einen überlieferten Text (ein Individuum) auf ihre Weise verstehen wird.

Jedenfalls eröffnen sich mit dem hermeneutischen Zirkel, mit der tendenziell nicht abschließbaren Aufgabe des Verstehens, mit dem Bemühen um die Begrenzung sachfremder und subjektivistischer Einflüsse auf das Fremdverstehen und mit der Bedeutung des Gesprächs neue Dimensionen der Erkenntnis und der Verständigung. Dabei sollte immer die von Kant entscheidend beförderte Einsicht in die Grenzen der menschlichen Erkenntnisfähigkeit bedacht werden.

### **Die soziokulturelle Perspektive**

Freud interessierte in erster Linie das innerpsychische Geschehen, aber auch hier gab es bald eine Ausweitung des Betrachtungshorizonts auf die Mutter, die Eltern, die Familie, die Peergroup, die Lehrer, die regionalen und nationalen Besonderheiten bis hin zur globalen Perspektive. Mobbing und Burnout werden mit angetrieben von einer globalisierten Konkurrenz, die zurückschlägt auf die nationalen Ökonomien bis in den einzelnen Betrieb und dessen Renditeerwar-

tung hinein. Psychotherapie kann ohne Kenntnisse von Sozialpsychologie und Politologie kaum sinnvoll betrieben werden. Paar- und Familientherapie (Systemische Therapie) sind Abkömmlinge dieses erweiterten Fokus. Der Mensch ist eingebunden in ein schwer überschaubares Geflecht von Beziehungen, die teils entwicklungsfördernd, teils hemmend wirken.

Schon Freud blieb nicht wirklich beim Individuum stehen, im Gegenteil, er begründete eine fruchtbare soziokulturelle Sichtweise, die von anderen aufgenommen, erweitert oder zurückgewiesen wurde. Indem Freud einen unaufhebbaren Gegensatz von Trieb und Kultur behauptete, machte er eine anthropologische Aussage. Schon Adler verwarf diese pessimistische Perspektive. Er ging vom Gegensatz zwischen Machtstreben bzw. Geltungsstreben und einem unauslöschlichen Gemeinschaftsgefühl im Menschen aus, wobei es der Menschheit besser ginge, würde sie das Gemeinschaftsgefühl allumfassend ausbauen und anwenden. Jung wandte sich dem kulturgeschichtlichen Erbe der Menschheit zu, das in jedem Einzelnen in den Archetypen fortwirkt. Schon Adlers Individualpsychologie war zugleich auch eine Sozialpsychologie, die in der Folgezeit ausgestaltet wurde. Den Menschen als Monade anzusehen, die egoistisch ihren Lustgewinn verfolgt, war eine zu einseitige Perspektive. Die individuelle Entwicklung ist so eng an die Beziehungspersonen und überhaupt an Beziehungen und an die Umwelt geknüpft, dass alle menschlichen Manifestationen eigentlich als zwischenmenschlich angesehen werden müssen. Erst aus der Zwischenmenschlichkeit heraus ergeben sich sinnvolle Aussagen über das, was als neurotisch oder gesund angesehen werden kann. Und zugleich kommen die gesellschaftlichen Moralen, Tabus und Konventionen ins Spiel. Eine Tiefenpsychologie ohne Sozialpsychologie ist gar nicht denkbar.

Auch hier hat Freud Pionierarbeit geleistet. Seine Werke über die *Psychopathologie des Alltagslebens* (1901), über Religion (*Die Zukunft einer Illusion*, 1927) und über Zivilisation im Allgemeinen (*Das Unbehagen in der Kultur*, 1930) ermunterten Generationen von Tiefenpsychologen, sich in Gesellschaftskritik zu üben und das Verhältnis von Individuum und Gemeinschaft zu analysieren. Das *Unbehagen in der Kultur* ist freilich weniger eine Kritik der damaligen österreichischen Gesellschaft als vielmehr eine zeitübergreifende Kulturtheorie, die von anderen Autoren entweder vehement abgelehnt oder begeistert bestätigt wurde. Die soziokulturelle Perspektive hat die Psychoanalyse und die Tiefenpsychologie dennoch nie wieder verlassen. Immer wieder befasst sich die Zunft in Kongressen und Büchern mit einer tiefenpsychologischen Analyse von Bildung, Religion, Ökonomie, Politik, Medien, Krieg, Militär und Sexualität. Und auch die Therapie selbst kann manchmal in die Reflexion und Kritik von gesellschaftlichen Zuständen einbiegen.

### Ganzheit und Einheit der Person

Ist der Einzelmensch ein In-Dividuum, eine unteilbare Ganzheit? Friedrich Nietzsche, schon als Kind ein altkluger Sonderling, schrieb zwischen dem 15. und dem 25. Lebensjahr neun autobiographische Skizzen, in denen er ständig korrigierte, was er für sein Leben hielt, und die Erfahrung machte, eher ein „Dividuum“ als ein Individuum zu sein.

Nicht alle tiefenpsychologischen Schulen gehen von der Ganzheit und Einheit der Person aus oder führen dorthin. Mit der Annahme einer innerseelischen Welt wurde der Einzelmensch zunächst einmal um eine wesentliche Dimension erweitert und zugleich auf sie reduziert. Die „Tiefenperson“ kann nur ein Teil der Gesamtperson sein. Die Tiefenpsychologie ist der Meinung, dass die Gesamtperson durch dynamisch-unbewusste Prozesse beeinflusst oder gar gesteuert wird. Die Einheit der Person wird als funktionale Einheit aufgefasst. Der einzelne Mensch ist

eine Funktionseinheit. In diesem Sinne ist der Mensch „unteilbar“, ein In-Dividuum.

Ob alle Tiefenpsychologien einen ganzheitlichen Ansatz verfolgen ist fraglich. Freud zergliederte in seiner Analyse die Psyche, setzte sie aber nicht unbedingt wieder zusammen. Die Subjektivierung des Subjekts, die Individualisierung in der Moderne ist ein Prozess, der sich in einigen Individuen als Abkehr von der Welt manifestiert. Ganz anders Adler, der das zergliedernde Konzept Freuds ablehnte und die Individualität, also die Unteilbarkeit der Person, betonte. Alle Teile wirken auf das Ganze ein und verfolgen angeblich einen einzigen und einheitlichen Zweck, den er Lebensstil nannte. Das Individuum sei eine planvoll gerichtete einheitliche Persönlichkeit mit dem alleinigen Ziel der Überlegenheit über andere.

Ein anderer Begriff für Ganzheit und Einheit ist Identität, etwas, was immer erst hergestellt werden muss. Wenn der Mensch sich mit sich selbst identifiziert – und vielleicht erst und dann – empfindet er sich als eine einheitliche Person und wird auch von anderen so wahrgenommen. Die Identität zeigt sich vielleicht im Festhalten am gefassten Entschluss, am Willensziel, am gemachten Einsatz, am gegebenen Versprechen und an der Fähigkeit, es einzulösen. In der Identität fallen die einzelnen Akte zu einem einheitlichen Ganzen zusammen. Im zwischenmenschlichen Verkehr rechnen die handelnden Personen damit, dass der Andere „er selbst bleibt“, dass Aussage und Handlung übereinstimmen und sie sich nicht ändern, obwohl man immer mit der Wandelbarkeit rechnen muss. Einheit, Ganzheit oder Identität machen einen selbst und den Anderen berechenbar, trotz aller Unberechenbarkeit der auf einen zukommenden Lebenslagen. Die Einheit gilt insbesondere für die inneren Sphären der Person, ihre Gesinnungen, ihre Stellungnahmen und ihre Wertungen. Wer nicht an Zusagen, Bindungen, Liebe und Freundschaft festhalten kann, verliert Respekt, Liebe und Freundschaft. Im Wandel

festhalten an seinen Gesinnungen und Wertungen ist das, was die Person zur Einheit und Ganzheit zusammenschließt. Identität (Ganzheit, Einheit) ist ein merkwürdiges an sich selbst Festhalten im Wandel und in der Reifung, eine Synthese ihrer Disparität, ein Zusammenschluss des Veränderten.

Die Vorstellung von der Einheit und Ganzheit der Person ist vielfältig in Frage gestellt worden. Der Mensch mag nach Einheit und Ganzheit streben, doch diese ist jederzeit gefährdet. Der Vollzug gelingt keineswegs immer; es gibt die zerrissene, zerflatternde, zerfließende Person. Die Person droht auseinandergerissen zu werden einerseits durch das verschiedene Nacheinander der Situationen und Lebensstadien, andererseits durch die Gleichzeitigkeit verschiedener Erlebnisebenen. Die Person ist immer wieder aufgerufen, in diesem Zerrissensein sich selbst zur Einheit und Ganzheit zusammenzuschließen. Expansion bedarf einer gewissen Lockerheit der Person, ein nicht völliges Feststehen, eine gewisse Löslichkeit der eigenen Identität. Adlers Einheit und Ganzheit der Person hat etwas Statisches, aber das genau darf es nach Nicolai Hartmann nicht sein. Der personale Geist muss beweglich bleiben.

Die Einheit der Person scheint also weniger eine Voraussetzung als vielmehr ein Ziel zu sein. Die Integration der unwiederbringlichen Vergangenheit in die Gegenwart mit dem Ziel, ein künftig zu führendes Leben zu gewinnen, kann als Einheit der Person aufgefasst werden. Eine andere Vorstellung ist die von der bio-psycho-sozialen Einheit der Person, das ist die gleichzeitige Berücksichtigung der biologischen Grundlage, der seelischen Eigendynamik und der sozialen Abhängigkeit des Individuums sowie der wechselseitigen Beeinflussung dieser drei Sphären.

## **Triebe als Grundeinheit der Tiefenpsychologie?**

Die klassische Psychoanalyse kennt nur wenige Grundtriebe (im Grunde nur Aggression und Sexualität, später kamen Libido und der Todestrieb hinzu) und erklärt das mannigfaltige menschliche Verhalten durch die Schicksale dieser Triebe im Verlaufe der kindlichen Entwicklung. Gestritten wurde über die Frage, welche Triebe die primären sind: der Sexualtrieb, der Todestrieb, das Geltungsstreben, die Selbsterhaltung? Aber was ist überhaupt ein Trieb? Eine biologische Energie oder ein halb-bewusster Wunsch? Und streben wirklich alle Triebe nach Erfüllung und Ruhe, wie Freud meinte? Es selbst musste feststellen, dass der Wiederholungszwang Leiden schafft. Die Existenz der Triebe, ihre Definition und die Frage, ob sie überhaupt eine Grundlage der neurotischen Entwicklung und von Charakterabwegigkeiten sind, blieben umstritten.

Es scheint heute selbst in der Psychoanalyse Konsens, dass ein reiner Trieb, d.h. eine biologisch verursachte sexuelle oder destruktive Spannung mit Handlungsbedürfnis, ein Konstrukt mit geringem Erklärungswert ist. Selbst in der Onanie, der Prostitution oder der Aggression, wo Triebe scheinbar unverfälscht zum Tragen kommen, lassen sich bei genauerem Hinsehen Beziehungsarmut, Gefühlskargheit oder provozierende Stimuli erkennen; Charakter und Persönlichkeit sind selbst in scheinbarem Triebgeschehen immer mit beteiligt.

Schon Adler sprach nicht mehr von Trieben (sondern vom Minderwertigkeitsgefühl als treibende Grundkraft), aber damit war Freuds Konzept noch nicht zu den Akten gelegt. William McDougall, ein einflussreicher britisch-amerikanischer Psychologe, arbeitete zwischen 1900 und seinem Tode 1938 an einer Theorie der Instinkte und stellte eine Liste von 24 verschiedenen Triebfedern für das menschliche Handeln auf.

Während der Antrieb und die begleitende Emotion von ihm als unabänderlich angesehen werden, sind die auslösenden Reize und die Antwort durch das Verhalten durch Lernen veränderbar. So befasst er sich in seiner Sozialpsychologie vor allem damit, wie das Individuum lernen kann, diese Instinkte sozialverträglich zu überformen und zu vergesellschaften. Seine Ideen über Organisationen beeinflussten Sigmund Freud, der sich in *Massenpsychologie und Ich-Analyse* (1921) ausführlich mit McDougalls *The Group Mind* (1920) auseinandersetzt.

Die Zahl der Triebe wurde immer größer und verlor sich bei einigen Autoren ins Lächerliche, wenn z.B. vom Hörtrieb gesprochen wurde, um das Zuhören zu erklären. Jede menschliche Tätigkeit kann auf diese Weise einem Trieb zugeordnet werden, doch die Inflation der Triebe erklärte schließlich kaum noch etwas. An die Stelle der Triebe kann nicht eine einzige Einheit gesetzt werden, das menschliche Leben mit seinen biologischen Grundbedürfnissen und innerseelischen Motiven ist komplizierter. Man darf heute von verschiedenen Antrieben mit unterschiedlichen Funktionen ausgehen. Die Intentionalität des menschlichen Geistes und die Motivationsforschung weisen in diese Richtung.

Daraus erwächst die Frage, ob Triebe eine gemeinsame Grundlage der Tiefenpsychologie sein können. Die Frage muss wohl verneint werden. Unbestritten dürfte sein, dass es eine Reihe von grundlegenden Bestrebungen und Antrieben gibt, die wie alles am Menschen pathologisch entarten können. Ist die Angst die alles beherrschende Grundemotion oder ist es eher das Minderwertigkeitsgefühl? Oder ist die Furcht vor Isolation und der Wunsch nach zwischenmenschlicher Bezo-genheit ein Grundtrieb, wie Erich Fromm meinte? Oder sind es die inneren und äußeren Konflikte, die einen Charakter formen? Die Unterschiedlichkeit in den Ansätzen und Bewertungen lässt einen an der Einheit der Tiefenpsychologie zweifeln.

## Das Bewusstsein

Angesichts der hohen Bedeutung des Unbewussten mag die These irritieren, dass das Bewusstsein und die Bewusstwerdung weitere, wenn auch weniger ins Auge gefasste gemeinsame Bestandteile der Tiefenpsychologie sind. Sie geht vom Unbewussten aus, möchte aber die Zone des Bewusstseins ausweiten. Alle Anstrengung der Tiefenpsychologie gilt der Eroberung weiter Teile des Unbewussten für das Bewusstsein, sowohl in der Theorie als auch in der Therapie. „Wo Es war, soll Ich werden“, formulierte Freud, „wo Ich war, soll Selbst werden“, postulierte Jung (und eigentlich auch William James). Und Adler wollte die Menschen über ihre unverstandenen Anteile des Seelenlebens aufklären, damit sie ein befriedigenderes Leben in Gemeinschaft führen können. Die über Aufklärung und Einsicht gewonnene Bewusstheit ist für alle Tiefenpsychologen (das gilt vermutlich für alle Wissenschaftler) ein notwendiges und erstrebenswertes Ziel. Je unbekannter das Unbewusste ist, desto stärker wirkt es hinterrücks auf das Bewusstsein ein, und das soll ja vermieden werden. Bewusstwerdung führt zu einer freieren Lebenseinstellung, zu mehr Mut (Adler), mehr Genuss (Freud) und zu einem ehrlicheren Leben (Jung). Je mehr man sich mit seinem Unbewussten bekannt macht, desto mehr kann das bewusste Ich vernünftig steuernd eingreifen. Die freie Einzelexistenz ist eine Bereicherung für die Gemeinschaft. Bewusstwerdung ist demnach identisch mit Reifung, Persönlichkeitsbildung und -entfaltung, ein psychischer Prozess, der parallel zum Alterungsprozess abläuft.

Es mag sein, dass der Behaviorismus und die frühe Verhaltenstherapie die Existenz eines Unbewussten ausklammerten oder gar leugneten, umgekehrt gilt aber nicht, dass die Tiefenpsychologie das Bewusstsein ignoriert. Die Tiefenpsychologie schätzt beides: die unentdeckten Tiefen des Unbewussten mit seinen irrationalen Formen ebenso wie das klare, befreiende, erhellende Bewusstsein

mit seinen vielen Entwicklungsmöglichkeiten. Es gilt das Paradoxon, dass Unbewusstes nur mit Bewusstsein erforscht werden und über Unbewusstes nur bewusst gesprochen werden kann.

## Introspektion

Noch ein weiterer Begriff kann die Tiefenpsychologie kennzeichnen und von anderen psychologischen Richtungen, insbesondere dem Behaviorismus, abgrenzen: die Introspektion. Selbstbeobachtung ist ein Mittel, um Selbsterkenntnis zu erweitern. Vermutlich ist nur der Mensch zur Selbstbeobachtung fähig. Sie ist eine exquisite Methode der Erkenntnisgewinnung – mit den nicht zu vermeidenden methodologischen Fallstricken. Der Beobachtende ist mit dem zu Beobachtenden identisch, dieser Widerspruch ist nicht aufzulösen. Die Fähigkeit zur Introspektion ist bei jedem unterschiedlich ausgeprägt und ihre Ergebnisse sind besonders unsicher. Selbstbeobachtung geht fließend über in Meditation, zu der eine Fülle von Methoden entwickelt wurde, vom Autogenen Training über katholische Schweigeklöster bis zum Bogenschießen der Japaner. Es ist schwierig, vom Subjekt und Selbst zu sprechen, denn die Begriffe sind von Grund auf uneindeutig. Jedenfalls ist mit Selbst hier das reflektierte Selbst gemeint, das sich über seine inneren und äußeren Gegebenheiten Rechenschaft zu geben vermag. Man schaut gleichermaßen von außen auf sich selbst und beurteilt sich. Subjekt- und Selbst-Konzepte zu verfertigen, war eine Hauptbeschäftigung der meisten tiefenpsychologischen Protagonisten und ist ein Spezifikum nicht nur der

Tiefenpsychologie, sondern der modernen abendländischen Kultur. Es handelt sich um ein kognitives, das heißt bewusstseinsnahes Selbstverständnis. Es besteht dabei die Gefahr des In-sich-Kreisens, und es besteht die Gefahr, auf der Suche nach dem wahren Selbst wenig zu finden, was der Reflexion wert wäre. Introspektion ist ein recht gefährliches Unternehmen. Jedenfalls ist das Selbst einer der wichtigsten Forschungsgegenstände der Tiefenpsychologie und kennzeichnet diese vermutlich mehr als die Trieb-Konzepte. „Introspektion“ kann zudem den Hauptunterschied der Tiefenpsychologie zur empirischen Reiz-Reaktions-Psychologie eines John Dewey, Edward L. Thorndike, John B. Watson, Ivan Pawlow oder B. F. Skinner deutlich machen.

Die vielleicht einzige Definition für Tiefenpsychologie, die auf alle Schulen dieser Richtung ungeachtet ihrer Unterschiede gelten könnte, ist diese: Tiefenpsychologie handelt von psychischen Vorgängen, die Verhalten und Erleben beeinflussen, die mehr oder weniger unbewusst sind, grundsätzlich aber bewusst werden können. Die Leistung der Tiefenpsychologie besteht darin, die Erkenntnis über die Existenz eines Unbewussten etabliert, mit einem genetisch-dynamischen Modell erklärt und mit der biographischen Methode verifiziert zu haben. Dies sichert ihr einen festen Platz im Bereich der Psychologie und Psychotherapie. Wir werden sehen, dass diese Leistung in vielen weiteren Lebensbereichen wirksam wurde.

## 3. Gemeinsame Probleme der Tiefenpsychologie

---

### Empirie-Allergie

Ist Tiefenpsychologie überhaupt wissenschaftlich? Freud kam als Arzt und Mediziner von den empirischen Naturwissenschaften her und auch Adler und Jung gingen den Weg vom akademisch ausgebildeten Arzt zum Psychotherapeuten. Es verwundert deshalb, dass alle drei keinen Wert auf empirische Überprüfung ihrer Aussagen legten, obwohl sie mit numerischen Aussagen hantierten: *Alle* Träume sind Wunscherfüllungen, *alle* Menschen haben Minderwertigkeitsgefühle, in *allen* Menschen wirken unbewusste Archetypen. Erst in den 1930er Jahren sprach Adler davon, dass er bei der Ausprägung von Neurosen oder Charaktereigenschaften „selbstverständlich nur Wahrscheinlichkeiten“ meinte, diese dann allerdings niemals quantifizierte. Die Nachfolger der Schulengründer vermieden es in der Regel bis in die 1960er Jahre hinein, ihre Aussagen mit empirischen Beobachtungen zu untermauern.

Die Tiefenpsychologie muss sich seit ihren Anfängen mit dem Vorwurf herumschlagen, sie sei nicht durchs Feuer der Empirie gegangen – so formulierte es der österreichische Psychiater Julius von Wagner-Jauregg 1915 in der Ablehnung des Habilitationsansuchens Adlers. Der Wissenschaftstheoretiker Karl Popper zählte in den 1930er Jahren die Psychoanalyse, die Individualpsychologie und den Marxismus ausdrücklich zu den nicht wissenschaftsfähigen Theorien. Der Satz, alle Männer haben einen Ödipuskomplex, sei weder falsifizierbar noch beweisbar. Dazu müssten *alle* Männer untersucht werden, was unmöglich ist.

Die Frage, ob die Tiefenpsychologie überhaupt eine Wissenschaft ist, ist nicht eindeu-

tig zu beantworten. Einerseits beruht sie auf Beobachtungen in der psychotherapeutischen Praxis mit daraus abgeleiteten Verallgemeinerungen. Andererseits wurde ohne Zweifel besonders in den Anfangsjahren ungezügelt spekuliert, wobei Freud und die Psychoanalytiker darin am weitesten gingen. Sie waren Meister darin, ihre Aussagen durch selektive Beobachtungen endlos anzupassen. Adler wiederum befließigte sich öfters des tautologischen Zirkelschlusses, wenn er Neurosen aus dem Vorhandensein von Neurosen ableitete. Und die Wissenschaftsferne Jungs ist sprichwörtlich; er gilt als der Mystiker unter den Tiefenpsychologen. Die Aussagen und Ergebnisse dieser drei Forscher und Wahrheitssucher (das waren sie gewiss) sind eng gebunden an ihre Personen und individuellen Erfahrungen. Wissenschaft jedoch verlangt, dass Aussagen und Ergebnisse unabhängig vom Urheber überprüfbar sein müssen.

Die ersten 50 Jahre der Tiefenpsychologie haben es an wissenschaftlicher Seriosität fehlen lassen. Die Hauptrechtfertigung dafür lautete, dass sie eine Geisteswissenschaft sei, an der keine naturwissenschaftliche Überprüfungsmethode angelegt werden könne. Die Basis dieses Arguments ist eine künstliche Unterscheidung von Natur- und Geisteswissenschaft, die nie wirklich tragfähig war (siehe dazu das Kapitel „Tiefenpsychologie zwischen Natur- und Geisteswissenschaft“). In ihrem Abwehrkampf gegen die übermächtigen und erfolgreichen Naturwissenschaften behaupteten Geisteswissenschaftler eine Methodenbesonderheit für ihr Gebiet, zu der die Vernunft, die Intuition und die Hermeneutik gehörten, aber nicht die Empirie und die sinnliche Erfahrung. Die Folge war ein ungueter Hang der Tiefenpsychologie zum Dogmatismus, zur Metaphysik, zur Spekulation und zur Rechthaberei.

Auch einige philosophische Anleihen sind fragwürdig, beispielsweise die an Edmund Husserl oder Martin Heidegger, die stark spekulativ sind und kaum empirische Anteile haben. Eine Regression der Psychologie in mythische Tiefen fand statt in den USA im Rahmen der New-Age-Bewegung der sechziger Jahre. New-Age lehnte den Positivismus, bzw. was sie dafür hielt, komplett ab. Sie verweigerte sich dem normalen bürgerlichen Leben und suchte nach Drogen, die außergewöhnliche Bewusstseinszustände ermöglichen. Entdeckt wurden dabei die Weisheit der Indianer und anderer Naturvölker sowie der fernöstlichen Kulturen (Yoga, Buddhismus). Mit einer klaren Abgrenzung von der Esoterik tun sich Teile der Psychologie und Psychotherapie noch heute schwer; manchmal hat man den Eindruck, eine Unterscheidung sei auch gar nicht gewünscht (siehe dazu das Kapitel „Therapie“).

Noch heute wird teilweise mit Emphase behauptet, die Seele könne kein Gegenstand empirischer Forschung sein. Das ist kaum mehr als eine Schutzbehauptung. Irvin Yalom verbindet in seiner *Existenziellen Psychotherapie* (1989) in gekonnter Weise europäische Existenzialphilosophie mit amerikanischen empirischen Studien. Existenzielle Betrachtungen, unterfüttert mit den Zitaten einschlägiger Philosophen, werden kombiniert mit empirischen Versuchen, theoretische Aussagen mithilfe von Befragungen zu untermauern. Er ist der dezidierten Meinung, dass Abstrakta wie Selbstwert oder Todesangst durchaus mithilfe der Empirie erforscht werden können. Und er liefert Belege dafür.

Selbstverständlich muss die Tiefenpsychologie grundsätzlich erfahrungswissenschaftlich überprüfbar sein. Beispiel Ödipuskomplex: Mitte der 1990er Jahre wurden 130 Kinder im Alter zwischen drei und neun Jahren zu ihren Sympathien für die beiden Elternteile befragt. Zudem wurden die Eltern der Kinder befragt, wie oft das Kind Kontakt aufnimmt. Die Befunde sprechen, so die Autoren Greve

und Roos (1996) „eine vergleichsweise deutliche Sprache. [...] Darstellungen der psychoanalytischen Entwicklungstheorie, jedenfalls soweit sie die sogenannte 'ödipale' Situation bzw. Konstellation in der 'phallischen Phase' betreffen, gehören nicht in Lehrbücher der Entwicklungspsychologie, sondern in Darstellungen der Geschichte der Psychologie“.

Angenehm ist die unideologische Herangehensweise des amerikanischen Psychiaters und Psychotherapeuten Irvin Yalom. Er zeigt ganz unaufgeregt, dass man Autoren oder Philosophen nicht lieben muss, um sie zitieren zu können. Er hat keine Angst vor dem großen Namen und versinkt nicht in ehrfürchtiger Bewunderung. Er weiß, dass Wissenschaft, Empirie und Statistik Grenzen haben, doch genauso wenig darf man die philosophischen Erörterungen allzu wörtlich nehmen. Beide Vorgehensweisen, die empirische Wissenschaft und die philosophische Spekulation, kranken an der Begrenztheit ihrer Aussagen und an der Mehrdeutigkeit von Begriffen, die unterschiedlich interpretiert werden können. Aber wir haben nun einmal nichts anderes, um unser Leben zu beschreiben, zu begreifen und zu erklären.

## Universalistische Aussagen

Ein Grundübel besonders der frühen Tiefenpsychologie sind ihre Allaussagen, ihre überbordende Verallgemeinerungen, die durch den gesunden Menschenverstand leicht zu widerlegen sind, an denen die Protagonisten aber hartnäckig festhielten. Eines der ersten Beispiele stammt aus Freuds *Traumdeutung* von 1900: *Alle Träume sind Wunscherfüllungen*. Generationen von Analytikern arbeiteten sich an diesem Satz ab, den sie nicht in Frage zu stellen wagten. Noch verheerender waren Freuds Aussagen zur weiblichen Sexualität und seine Verführungstheorie. Zwei Generationen von klugen Frauen litten darunter, dass sie keinen „vaginalen Orgasmus“ zustande brachten. Was die Verführungsthe-



orie betrifft, so sah Freud ab 1897 sexuelle Übergriffe allein als Fantasieprodukte seiner Klientinnen an. Von dieser unverständlichen und nicht nachvollziehbaren Wende hat sich die Psychoanalyse bis heute nicht erholt. Auf dem Jahreskongress der Deutschen Gesellschaft für Psychoanalyse 2008 in Magdeburg wurde erneut gefragt, ob die Psychoanalyse durch die Verschiebung der Neurosenentstehung von der äußeren in die innere Realität nicht ein „Zimmer ohne Aussicht“ (Marion Olinier) geworden sei. Noch immer habe die Psychoanalyse Mühe, die äußere Realität ins Behandlungszimmer einzulassen.

Tiefenpsychologen wie Anthropologen neigten und neigen dazu, Aussagen über „den Menschen“ zu treffen, als ob es diesen gäbe. Freuds Patienten waren zum größten Teil Angehörige der privilegierten Schichten aus Russland und Amerika, die sich um ihre materiellen Lebensgrundlagen nicht zu sorgen brauchten. Die seelischen Probleme und deren Ursachen, die Freud bei ihnen beobachtete, können nicht repräsentativ für die Mehrheit der Menschen sein. Genauere Lektüre zeigt, dass bei ihm meist vom Mann und weniger vom Menschen gesprochen und geschrieben wurde. Dieser „Mann“ ist zudem meistens erwachsen und kein Kind mehr, als ob das, was für den Erwachsenen gilt, auch für das Kind gelte. Simone de Beauvoir war mit ihrem Buch *Das andere Geschlecht* (1949) auch deshalb so bahnbrechend, weil sie eine dezidiert feministische Perspektive in der Soziologie und Anthropologie durchsetzte. Es gibt eine biologische Differenz und man darf nicht so tun, als ob die Menschheit nur ein Geschlecht hätte, zumal aus dieser Differenz meistens berufliche und soziale Benachteiligungen der Frauen resultieren.

Gilt also das, was die Tiefenpsychologie und die europäische Anthropologie über „den Menschen“ herausfand, auch für den chinesischen Bergarbeiter und den jugendlichen Kriminellen mit Migrationshintergrund, für die Eskimos in einer grönländischen Sied-

lung, für den chronisch Behinderten, der sich mit seiner Krankheit arrangieren muss, und den Banker, der einen Bonus in Millionenhöhe einstreichen kann? Ganz sicher nicht. Clifford Geertz, ein Ethno-Anthropologe aus Amerika, legte genau an diese Wunde immer wieder seinen Finger und sagte, er kenne da noch einen Stamm im Amazonasgebiet, der hielte sich überhaupt nicht an das, was wir uns hier ausgedacht haben. Andererseits ist nicht zu leugnen, dass alle Menschen irgendetwas Gemeinsames haben, das zu erforschen und zu beschreiben sich lohnt. Dabei ist jedoch Vorsicht an den Tag zu legen, um nicht den Fehler zu begehen, von „dem Menschen“ zu sprechen, wo man doch nur den erwachsenen, weißen, gebildeten Mann meint.

### Spezies-spezifische Aussagen

Man kommt der Anthropologie näher, wenn man versucht, das Spezifische des Menschen zu erfassen in Abgrenzung zum Tier, zu den Primaten oder zu den Pflanzen. In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts kam die systematische Tierbeobachtung auf, und es etablierte sich die Vergleichende Psychologie als Wissenschaft. Sie förderte die Einsicht, dass auch Tiere eine nützliche Quelle psychologischer Beobachtungsdaten sein können.

Aber auch hier verschwimmen die objektiven Befunde aus Beobachtungen mit den immer schon im Kopf vorhandenen Konzepten vom Menschen. Die Primatenforschung hat in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts erstaunliche Fähigkeiten bei einigen Affenarten beobachten können. Jane Goodall entdeckte, dass Schimpansen zum Gebrauch von einfachen Hilfsmitteln fähig sind. So brechen Schimpansen Zweige ab und angeln mit ihnen Termiten aus den Löchern ihrer Bauten, oder sie verwenden Steine als Hammer und Amboss, um Nusschalen zu sprengen. Ferner fand Goodall heraus, dass Schimpansen auch Fleisch fressen und sogar gemeinschaftlich auf die Jagd nach anderen Affenarten gehen sowie in Gruppen andere Schim-

pansengruppen attackieren, verletzen und töten.

Plötzlich verändert sich der Blick auf den Menschen und auf das Tier. Der Mensch ist nicht mehr allein der *homo faber*, der menschliche Handwerker, sondern Schimpansen müssen offenbar mit dazu gerechnet werden. Auch ist der Mensch nicht mehr das alleinige Lebewesen, dessen abstoßende Einzigartigkeit darin bestehen soll, seine eigene Art zu töten. Inzwischen sind mehrere Tierarten bekannt, die Artgenossen töten; Kannibalismus und Mord sind schon lange nicht mehr Merkmal allein des Menschen. Nun wird die Einzigartigkeit des Menschen auf den Massenmord, den Genozid verlagert. Man darf gespannt sein, wann auch dieses Alleinstellungsmerkmal des Menschen durch neue Tierbeobachtungen aufgeweicht wird.

Wird sich die Aussage halten lassen, dass der Mensch das einzige Wesen sei, das in die Zukunft blicken kann? Und wie passt da noch dieser eine Satz von Nietzsche, dass das Tier kurz angebunden am Pflock des Augenblicks lebt? Für Schafe und die meisten Tiere mag das stimmen, aber manche Tiere können nach vorne und womöglich auch etwas nach hinten blicken. Vieles von dem, was wir als spezifisch menschlich bezeichnen, ist in der Vergangenheit mit einem Fragezeichen versehen worden – und es kann sein, dass in den nächsten Jahrzehnten weitere Aussagen mit einem Fragezeichen versehen werden müssen.

### **Anthropomorphisierende Interpretationen**

In der Tiefenpsychologie spielen Aussage eine Rolle, die so tun, als ob bestimmte Teile der Seele oder des Ich selbstständig handeln im Verhältnis zu anderen Teile. Anthropomorphisierende Aussagen sind solche, die nichtmenschlichen Wesen und Dingen (beispielsweise einzelnen Organen) menschliche Motive, kognitives Verhalten oder menschl-

che Reaktionen zuschreiben. Diese Zuschreibungen sind weit verbreitet und so gut wie nicht aus der Welt zu schaffen. Das bekannteste Beispiel aus der Tiefenpsychologie sind die Instanzen Es, Ich und Über-Ich, die Freud so beschrieb, als ob sie selbstständige Teileinheiten des Individuums seien, die im Kampf miteinander stehen, Entscheidungen treffen, die Niederlagen einstecken müssen oder Siege davontragen. Freud tat so, „als ob“ die Dinge sich so abspielen. Auch in der dichotomischen Betrachtungsweise der menschlichen Seele, wo widerstreitende Kräfte gegeneinander antreten, wird suggeriert, sie seien autochton oder zumindest teilautonom. Selbst die aufmerksamsten Wissenschaftler tappen in diese Falle. Alfred Adler betonte mehrmals, seine seelischen Kräfte Minderwertigkeitsgefühl, Geltungsstreben und Gemeinschaftsgefühl seien Fiktionen. Man darf also nicht wirklich davon ausgehen, dass sie so und nicht anders existieren. Und doch wurde immer wieder formuliert, wie Teilinstanzen kooperieren oder gegeneinander vorgehen, obwohl es auf eine komplexe Art immer nur der Gesamtorganismus sein kann, der handelt.

Wenn man also sagt, ein sexueller Impuls suche nach Lust, das Ich verdränge unangenehme Erinnerungen in das Unbewusste oder das Ich suche seine Erregung zu dämpfen, so ist das nicht weniger animistisch als die Behauptung, dass ein Gegenstand zerbricht, um den damit Hantierenden zu ärgern. Ein Impuls kann auf gar keine Weise wie ein handelndes und entscheidendes Individuum etwas suchen und das Ich kann nicht verdrängen – es können lediglich neuronale Aktivitäten stattfinden, die von außen betrachtet oder von einem inneren Gefühl her so aussehen, als ob ein Teilaspekt der Psyche etwas will und tut.

Kein Wissenschaftler wird ernsthaft behaupten wollen, dass sich wirklich etwas Derartiges abgespielt hat. Er wird vielmehr darauf hinweisen, dass Analogien einen gewissen

Verstehensnutzen haben. Das macht den Anthropomorphismus ja so verführerisch. Und tatsächlich kommt die Wissenschaft ohne Analogien kaum aus. Aber Analogien sollten als solche kenntlich gemacht werden, sie verführen zu Missbrauch und Verzerrung der Tatsachen. Nur zu leicht vergisst man den „Als ob“-Teil der Aussage und behält allein das „Ist“ im Gedächtnis. Gerade in den frühen, wilden Jahren der Tiefenpsychologie war die Theoriebildung zu einem erheblichen Teil poetische Freiheit und Mythenbildung.

### Das Elend der Psychologie

1970 veröffentlichte der österreichisch-französische Schriftsteller, Sozialpsychologe, Philosoph und frühere Adler-Schüler Manès Sperber ein Buch, in welchem er die Summe seines bewegten Lebens zog. Es trägt den neugierig machenden Titel *Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie*. Das Elend der Psychologie, was ist das? Gemeint ist das „Regime des Verdachts“, das in Freuds Mittwochsgesellschaft eingeführt wurde, um Abweichler dingfest zu machen. Es strahlte aus bis in die therapeutische Situation, wo der Therapeut scheinbar mit seinen Deutungen immer Recht und der Analysand Unrecht hat, wenn er Widerstand entwickelte. In einer Situation, wo einer immer Recht und der andere per Definition immer Unrecht hat, wächst „totalitäre Niedertracht“. Das galt, wie Sperber betonte, auch für Adler und seinen Kreis. Ebenso wie um Freud habe sich um Adler eine Sekte gebildet, die jeden Verdächtigen präventiv des Verrats an den Ideen bezichtigte. Auch bei Adler gab es „das furchtbare Spiel mit den psychiatrischen Diagnosen“. Auf Einwände wurde meist nicht sachlich-inhaltlich eingegangen, vielmehr wurde unterstellt, nur auf Grund einer psychischen Deformation könne es jemand wagen, die hehren Wahrheiten des Meisters anzuzweifeln.

Der Ursprung dieses unerfreulichen und für die tiefenpsychologische Bewegung insgesamt gefährlichen Vorurteils liegt in Freuds

Theorie selbst. Die Psychoanalyse ist eine Psychologie des Argwohns, dass nämlich hinter allen Oberflächenerscheinungen etwas Verborgenes, zu Verheimlichendes, weil Unakzeptables liegt. Und nur der Analytiker ist in der Lage, dieses Geheimnis zu entlarven.

Problematisch ist die grundsätzliche Annahme, das Bewusste stehe im Gegensatz zu unbewussten Strömungen. Die Komplementarität führt zu der Aussage, dass der Sadist ein geheimer Masochist (und umgekehrt) ist, der Heterosexuelle ein verdrängter Homosexueller, der Exhibitionist ein geheimer Voyeur, der Aggressive einer mit großen Minderwertigkeitsgefühlen, der Hochstapler ein Nichtsköner usw. Die angenommene Gegensätzlichkeit psychischer Prozesse bringt die Gefahr banaler dialektischer Erklärungen mit sich. Wird von einer bewussten Bestrebung die unbewusste Gegenstreben angenommen, so scheint man empirisch nie fehlgehen zu können. Jemand liebt seine Mutter? Vermutlich hegt er geheime Todeswünsche! Es wird zunehmend ununterscheidbar, was real beobachtet und was nur dialektisch erschlossen wurde.

Die von Freud empfohlene Spiegel-Haltung des Analytikers hat nicht die Aufgabe, den Patienten zu trösten oder zu beruhigen, und sie ist ungeeignet, ihm ein Verständnis seiner Lage zu vermitteln. In dieser Art der Analyse gibt es kein Gefühl der Solidarität zwischen zwei Menschen, von denen der eine gerade eine Tragödie erlebt. Der ungarische Analytiker Sándor Ferenczi ging anhand seiner Erfahrungen davon aus, dass die Patienten in ihrer Kindheit Liebe und echte Zuneigung vermissen mussten. Die Therapie sollte dieses Liebesmanko ausgleichen. Freud lehnte diese Innovation strikt ab, mit dem schwer von der Hand zu weisenden Argument, der Therapeut komme dabei den weiblichen Patienten eventuell zu nahe. Allein diese unterschiedliche Herangehensweise reichte, dass sich die Wege der beiden Männer trennten.

Die grundsätzliche Annahme der unbedingten Überlegenheit führt zu einer Immunisierung gegenüber Kritik, die heute noch anhält. Wolfgang Mertens, einer der wichtigsten Vertreter der modernen Psychoanalyse in Deutschland, hielt es vor wenigen Jahren immer noch für unerhört, dass Freuds Traumtheorie kritisiert wird. Der Breslauer Psychologie-Professors William Stern hatte es 1901 gewagt, Freuds Traumkonstruktionen die Plausibilität abzuspochen. Mehr als 100 Jahre später, im Jahre 2004, spricht Mertens Stern das Recht zur Kritik mit dem Argument ab, Stern sei ja jünger als Freud gewesen. Sterns vermeintlich zu geringes Alter ist die Antwort auf seine inhaltlichen Einwände. So hat es die klassische Psychoanalyse immer schon gehalten. Eines der gehässigsten Zeugnisse dieser Art stammt von Freud selbst, der anlässlich der Nachricht vom Tode Alfred Adlers 1937 schrieb: „Für einen Judenbuben aus einem Wiener Vorort ist ein Tod in Aberdeen schon an sich eine unerhörte Karriere und ein Beweis dafür, wie weit er es gebracht hat.“ In seinem 81. Jahr, auf der Höhe seines unvergleichlichen Welt Ruhmes, verhielt sich Freud, als ob seine Selbsterkenntnis noch gar nicht begonnen hätte.

Das galt auch für Adler im Kampf gegen die „Schädlinge“ und Abweichler, von denen Manès Sperber selbst einmal einer war, weil er die Individualpsychologie mit dem Marxismus vereinigen wollte. Adler widerstand nicht der Versuchung, jene denunziatorischen Mittel anzuwenden, die Freud einst gegen ihn anwandte. Wie soll man das erklären? Sperber meint, die neuen Einsichten verdrängen die alten Vorurteile nicht, werden vielmehr nur hinzugefügt. Das sei die Misere der Psychologen, das sei das „Elend der Psychologie“, das aber auch nur ein allgemeinemenschliches Elend ist.

Adler propagierte das Gemeinschaftsgefühl als fast allein wirksames Mittel, um die überall auftretenden Streitereien zwischen Men-

schen zu begrenzen und zu überwinden. Unter der Hand geriet einigen Individualpsychologen dieser Begriff zu einem Kampf begriff gegen all jene, die nicht an die unhinterfragbare Weisheit Adlers glauben mochten und damit angeblich zu wenig Gemeinschaftsgefühl an den Tag legten. Doch Zuegandtheit zu den Menschen heißt nicht gedankenlose Zustimmung oder passive Anpassung, betont der Individualpsychologe Robert Antoch. „Im Sinne des ‚Gemeinschaftsgefühls‘ ist es nur, überhaupt einen Beitrag zur Lösung anstehender Probleme zu leisten – wenn dieser Beitrag der Sache angemessen als Gegenvorschlag oder als engagierte Auseinandersetzung geleistet wird, hat niemand das Recht, diese Haltung als Machtkampf zu denunzieren“.

Die Besserwesser- und Entlarvungsattitüde hatte Adler von Freud übernommen (oder schon mitgebracht) und diese auch gegenüber seinen Patienten an den Tag gelegt. Er nannte Neurotiker „feige“ und „kulturell minderwertig“. In seiner Theorie kamen das Leiden der Neurotiker, ihre Unglücks- und Konfliktempfindungen anfangs nicht vor. Der Individualpsychologe Karl-Heinz Witte machte sich 1992 die Mühe, die Varianten in den drei Neuauflagen von *Über den nervösen Charakter* 1919, 1922 und 1928 aufzuschreiben. Gut 65 mal wird die Feindseligkeit, die antisoziale Haltung, die Egozentrik und der Egoismus, die Feigheit und die Falschheit des Neurotikers zusätzlich erwähnt. Die moralische Entrüstung und die Verurteilungen des „nervösen Charakters“ sind nicht zu überhören, was schon manchem die Lektüre verleidet hat. Später wurde Adler etwas milder.

Auch Carl Gustav Jung hatte sich gegenüber den realen Traumata abgekapselt und politische Tragödien ebenso ignoriert wie persönliche. Jung verfocht seltsame rassistische Ansichten und hatte Sympathien für den Faschismus. Diese Haltung wird flankiert von Vorurteilen gegenüber moderner Malerei, moderner Musik und modernen Schriftstel-

lern, er war voller Vorurteile gegenüber selbstständigen Frauen, gegenüber Juden, und er hatte Sympathien für den Kolonialismus. Rationalität und rationale Wissenschaft bezeichnete er als kindische Leidenschaft. Wenn jemand unglücklich war, dann deutete Jung das so, dass er noch keinen Zugang zur Religion gefunden habe.

Über eine weitere Steigerung in der Menschenverachtung von Psychiatern und Psychoanalytikern erfahren wir in der Person von John Rosen, einem bekannten Psychiater und Professor der Psychiatrie aus Pennsylvania. Die Grundthese von Rosen war, dass der Patient sich in eine Psychose geflüchtet hat, um den Schmerz zu übertönen, den er empfindet, weil er nicht geliebt wird. Rosen beleidigte die Patienten, griff aggressiv verbal an, bekämpfte und bedrohte sie teilweise, verwirrte sie mit Tricks und Täuschungen, immer mit dem Vorsatz, sie aus einer Schizophrenie oder Psychose herauszureißen. Er war der Meinung, seine grausamen Verfahren seien nicht so grausam wie die Schizophrenie. Rosen und seine Mitarbeiter steigerten sich zu regelmäßigen körperlichen Misshandlungen der Patienten und Patientinnen, zu erzwungenem Geschlechtsverkehr, es kam zu Todesfällen nach Schlägen. Ein Gericht stellte schließlich Anfang der achtziger Jahre fest, dass Rosen unfähig ist, Patienten sachgemäß und sicher medizinisch zu behandeln.

Das unerfreuliche Thema Psychotherapie und sexuelle Verführung beginnt mit Sabina Spielrein (siehe das Kapitel über Carl Gustav Jung). Laut neueren Befragungen hat jeder zehnte männliche Psychotherapeut sexuelle Beziehungen zu seinen Patientinnen, doch lässt sich kaum feststellen, wer die treibende Kraft dabei ist. Grundsätzlich scheint der Hinweis nötig, dass Psychotherapeuten Macht ausüben und sie manchmal nicht jene Zurückhaltung an den Tag legen, die Patienten von ihnen erwarten können.

## Jenseits der Tiefenpsychologie

Vom amerikanischen Filmregisseur Woody Allen stammt die Aussage: „Die Preise bekommen immer die, die die Preise bekommen.“ Dies ist ein Satz von tiefster Lebensweisheit. Er ist das Eingeständnis nicht zu wissen, was Ursache und was Wirkung ist. Schlechte Filme werden prämiert, gute gehen leer aus. Wer kann schon vorausahnen, was kommen wird? Dinge passieren und die Menschen reagieren darauf, je nach ihrem Charakter. Die Tiefenpsychologie hat ihre Wurzeln in der antiken Philosophie, im Spiritismus, in der Romantik, in der großen Weltliteratur ebenso wie in der Aufklärung, dem Rationalismus und dem Positivismus. Sie hat alle Mühe darauf verwandt zu systematisieren und zu kategorisieren, aber ihre allgemeinen Rezepte haben alle den einen Fehler: Das Leben will sich ihnen nicht so recht anpassen. Man kann die Menschen vom Stressmodell her betrachten, vom Konfliktmodell, von den archaischen Archetypen, von der Trauma-Verarbeitung, von der Frustration-Aggression-Hypothese oder von der Ich-Struktur: immer bleibt ein Rest, der nicht aufgeht.

Es gibt Millionen von Menschen, denen die Introspektion unerheblich ist, die ihr Leben leben, ohne sich der Führung der neuesten psychologischen Mode anzuvertrauen. Sie treffen ihre Entscheidungen ohne Optimierung durch einen Therapeuten oder einen Selbstbestimmungsjünger. Der Realitätstest der ganzen Ratgeberbücher ist vernichtend. Alle guten Erfahrungen und alle guten Ratschläge sind schon hundertmal niedergeschrieben, aber der Menschheit will es nicht besser gehen. Sie verweigert sich dem Musterbild kontrollierter Lebensführung und dem forschen Bescheidwasserton der psychologischen Ratgeber. Psychologie und Tiefenpsychologie haben den Glauben verbreitet, wenn man nur positiv genug denkt, werden Arbeitsplatzverlust, Liebeskummer oder Rückenschmerzen schon verschwinden. Aber mit Woody Allen gesprochen: „Positiv den-

ken immer die, die positiv denken.“ Oder in der Terminologie der Salutogenese gesagt: „Kohärenzgefühl haben immer jene, die Kohärenzgefühl haben.“

Es existiert offensichtlich kein Schalter in Menschen, der das gute Leben einschaltet, nicht einmal durch Psychotherapie, und wird sie noch so ehrlich und inbrünstig betrieben. Wieder war es Manès Sperber, der diesen resignierten Gedanken schon 1970 aussprach: „Mich überwältigt der Zweifel, ob es überhaupt einen Sinn hat, über Psychologie zu schreiben, ob es gelingen kann, den Leser mit einer bestimmten Denkart vertraut zu machen, die es erlaubt, aus Erlebnissen zu gewissen Einsichten einer lehrbaren Menschenkenntnis zu gelangen.“ Er hat Zweifel, ob man, ob er über Menschenkenntnis schreiben kann, denn jeder praktiziert Menschenkenntnis, weil man bei jedem Erlebnis und jeder Begegnung einen Eindruck empfängt, der sich fast ohne eigenes Zutun in eine Meinung oder ein Urteil verwandelt. Hunderte von Büchern werden geschrieben, um so Undeutliches wie Intuition, Mitleid, Empathie, Identifikation, Einsamkeit zu beschreiben. Hat das einen Sinn, wo doch diese Gefühle unbeschreibbar schnell und vollständig über uns kommen?

Psychotherapie wirkt positiv. Über den Daumen gepeilt: Einem Drittel der Patienten geht es nach einer Therapie deutlich besser, ein Drittel geht mit einem leicht besseren Gefühl nach Hause und ein Drittel verharrt unverändert im bereits bekannten Unglück. Wenn man die Patienten nur gut genug mischt, wird jeder Therapeut dieses halbgare Ergebnis zu Stande bringen. Gegenüber den grandiosen Fortschritten der Naturwissenschaften fallen Psychologie und Psychotherapie ziemlich ab. Belastungen führen manchmal zur Neurose, manchmal nicht. Die Mutter-Kind-Beziehung prägt manchmal alle weiteren Beziehungsversuche, manchmal nicht. Die Psycho-Astrologie versucht, diese unübersichtliche Welt wieder ins Lot zu brin-

gen. Dann ist wahlweise die Mutter / fehlende Einsicht / die falsche Lebensweise / mangelndes Selbstwertgefühl / inadäquate Stressverarbeitung Ursache der Misere, und das bedeutet: Der Patient hat selber Schuld. Die Schwäche all dieser Konzepte liegt in ihrer mangelnden Verallgemeinerbarkeit, und das heißt, sie verdrängen, was ihnen nicht in den Kram passt. Sie praktizieren das, was sie zu durchschauen vorgeben. Wer die Tiefenpsychologie liebt, hat oft Anlass, sich ihrer zu schämen.

Die großartigen Konzepte von Psychosomatik, Hypnose, pädagogischer Psychologie und Psychotherapieeregeln, die Studenten heute noch lernen, beruhen auf den Ideen von Enthusiasten, Romantikern und Gläubigen, schreibt Rolf Degen in seinem *Lexikon der Psycho-Irrtümer* (2000). Psychotherapeuten doktern immer noch ratlos mit dem verstaubten Instrumentarium der frühen industriellen Revolution an den Neurosen des Informationszeitalters herum. Die Crux mit Psychologie und Psychotherapie liegt in der Ungenauigkeit der Gegenstände „Seele“ und „Unbewusstes“. Degen stellt die gesamte Tiefenpsychologie in Frage und schreibt vom „grandiosen Scheitern des Unternehmens Seelenheil“. Wenn man genauer hinschaut, was Degen nicht immer tut, handelt es sich oftmals nicht um einen echten Fehler, sondern um ungenaue Formulierungen und notwendige Relativierungen. Richtig ist, dass sich die Verteidiger der Tiefenpsychologie auf althergebrachte psychologische Erkenntnisse berufen, die von Buch zu Buch und von Auflage zu Auflage meist ungeprüft übernommen wurden. Und siehe da, auch Degen tappt in dieselbe Falle. Ich ahnte es schon, dass er Hans Jürgen Eysenck zitieren wird, der behauptete, eine Psychotherapie habe keine besseren Ergebnisse als Abwarten oder gut von einer dicken Mami bekocht zu werden. Diese wahrlich umstrittene Äußerung stammt von 1952, seitdem hat sich doch viel in der Psychotherapieszene getan.

Warum können sich psychologische Mythen und Irrtümer so lange halten? Die Antwort ist wiederum psychologisch: Die Schulen und Moden der Psycho-Szene bieten scheinbar plausible und endgültige Antworten auf grundsätzliche Fragen des Menschseins. Der Laie nimmt teil am geheimen Wissen über die letzten Geheimnisse der menschlichen Seele. Das befriedigt das Ego und es entlastet von Kummer und Not. Erklärtes Leid ist halbes Leid.

Wie herauskommen aus den Niederungen der Resignation und der Einsicht in die Begrenztheit allen menschlichen Tuns? Durch die Erinnerung daran, dass es kein größeres Geschenk als das Denken gibt. Das Festlegen von idealen Maßstäben kann nur entmutigen. Das Ideal ist nicht unbedingt ein Ziel, sondern eher ein Wegweiser. Es zeigt an, in welche Richtung man marschieren soll. Der Analytiker des Menschseins soll genau im

Detail, aber großzügig in der Gesamtkonzeption sein. Therapeutischer Fortschritt ist meist winzig, aber der Enthusiasmus trägt nur durch den Blick aufs Ganze des Lebens. Man darf und soll den Patienten eine große Entwicklungsperspektive anbieten, darf aber nicht enttäuscht sein, wenn sie diese nicht realisieren können. So unbefriedigend die psychologischen Konstrukte und so hart und anstrengend der Therapeutenalltag sein mag, so bieten sie doch auch ungewöhnliche Chancen der eigenen inneren Entwicklung und der wissenschaftlichen Erkenntnis. Es gibt vermutlich keinen Beruf und keine wissenschaftliche Disziplin, die dem Interessierten so viele geistige und menschliche Anregungen schenkt. Unter günstigen Umständen (d.h. nicht in allen Fällen) kann Psychologie in Verbindung mit philosophischer Praxis ein seltenes Gut schenken, nämlich Lebenskenntnis, Impulse zur eigenen Entwicklung und wachsende Weisheit.

## 4. Geschichte der Tiefenpsychologie

---

Psychologie begann mit der bewussten Selbstbeobachtung des Menschen. Hauptmotiv war der Wunsch, sich selbst zu ergründen, eine fundamentale Neugier. Alle Wissenschaft hat ihren Ausgangspunkt in der Suche nach dem Wesen der Dinge und nach ihrem Sinn, und so fallen auch die Anfänge psychologischer Theorie mit philosophischen Bestrebungen zusammen.

Diese Suche nach der Wahrheit erfuhr ihre erste Blüte in den theoretisch-philosophischen Spekulationen der alten Griechen, die sich bis zum heutigen Tag erhalten haben. Die antiken Philosophen waren freilich immer nur im Nebenberuf Psychologen; ihr Hauptinteresse galt philosophischen Problemen der Erkenntnis und der Wahrheitssuche. Dass dabei auch über das Denken nachgedacht wurde, ergab sich fast von selbst.

### Psyche und Amor

Der griechischen Mythologie nach war Psyche eine von drei Schwestern, Prinzessinnen in einem griechischen Königreich. Alle drei waren schön, doch Psyche war die Schönste. Aphrodite, die Göttin der Liebe und Schönheit, hörte von Psyche und ihren Schwestern und wurde neidisch. Sie schickte ihren Sohn Eros los, um Psyche mit Gift zu schädigen. Eros besprengte Psyche mit einer Flüssigkeit, die die Männer von ihr fernhalten sollten. Ihre Schönheit überraschte Eros aber so sehr, dass er sich aus Versehen selbst an einem seiner Pfeile stach, welche bekanntlich die Wirkung haben, dass sich der Betroffene sofort verliebt. Was er getan hatte, war ihm unangenehm, deshalb besprengte er Psyche mit einem zweiten Trank, der ihr ein freudevolles Leben bescheren würde.

So kam es, dass Psyche trotz ihrer Schönheit keinen Ehemann finden konnte. Ihre Eltern dachten, sie hätten die Götter verärgert, und deshalb baten sie ein Orakel, Psyche zukünftigen Ehemann zu verraten. Das Orakel sagte, dass kein Mann sie haben wolle, doch dass auf der Spitze eines Berges ein Wesen lebe, das sie heiraten werde. Psyche ging also seufzend zu diesem Berg. Als sie in Sichtweite war, wurde sie von einem sanften Wind hochgehoben und den Rest des Weges getragen. Als sie ankam, sah sie, dass ihr neues Zuhause ein reicher und wunderschöner Palast war. Ihr Ehemann erlaubte es ihr nie, ihn zu sehen, doch er stellte sich als aufrichtiger und sanfter Liebhaber heraus. Es war natürlich Eros (Amor) selbst. Nach vielen lebensgefährlichen, glücklich bestandenen Abenteuern, die Psyche bestehen musste, um bei ihrem Liebhaber bleiben zu können, verband Zeus Psyche und Eros in ewiger Ehe.

Diese wunderschöne Fabel führt uns den Schmetterling Psyche vor, ein feines, ätherisches, luftiges Wesen, das erst unser volles Mitleid und dann unsere volle Sympathie erringt. Eros erweist sich als würdiger Partner, auch er ein Luftikus, aber treu bis in den Tod. Beide hatten eine wunderschöne Tochter, welche den vielsagenden Namen Voluptas (Wollust) erhielt.

Die Rationalität des griechischen Denkens wurde für den gesamten europäischen Raum stilbildend. Es würde zu weit führen, hier auf die ersten Anfänge einzugehen. Ohne Zweifel ist Sokrates (bzw. das, was wir über ihn von Platon erfahren haben), entscheidend. Zu einer seiner psychologischen Erkenntnisse zählt die Auffassung, dass wir alles bekannte Wissen bereits in uns tragen und es nur hebenmännlich ans Licht gebracht werden



müsse. Diese irrige Annahme beruht auf der Fehlinterpretation eigener Erfahrungen. Aber er sinnierte über Erkenntnis, gut und schlecht, Gesetz und Gewissen, Vernunft und Gottesglauben und vieles mehr. Sokrates schrieb seine Gedanken nie selbst auf, lieber ermutigte er seine wohlhabenden jungen Athener Schüler zu endlosen Unterhaltungen. Im Austausch für seinen Unterricht kümmerten sie sich um seinen Lebensunterhalt. Weil er nur wenig brauchte, nahm er nur wenig an, sehr zum Verdruss seiner Frau Xanthippe.

Platon war Sokrates' hervorragendster Schüler. Er unterschied zwischen dem unsterblichen Ideal und den veränderlichen Phänomenen. Ideen sind den Gedanken zugänglich, Phänomene den Sinnen. Die Seele umfasst natürlich die Vernunft, ebenso wie Selbstbewusstheit und Moralverständnis. Platon sagte, die Seele werde sich immer für das Gute entscheiden, wenn sie das Gute erkennt. Er sprach von drei Formen des Glücks. Die erste ist das sinnliche oder körperliche Glück, die Sexualität. Eine zweite Form ist das sinnliche oder ästhetische Glück, wenn man Schönheit bewundert oder die Beziehung in der Ehe genießt. Doch die höchste Ebene ist ideales Glück, die Freude des Geistes. Wir sprechen von platonischer Liebe, der intellektuellen Liebe zu einem anderen Menschen, unberührt von physischer Verbundenheit.

### Assoziationstechnik

Der beste Schüler Platons wiederum war Aristoteles, sowohl ein Naturforscher als auch ein Philosoph, Erfinder der modernen Logik. Aristoteles schrieb das erste Psychologiebuch (als ein separates Themengebiet neben der Philosophie). Der Titel war *Para Psyche*, griechisch für „über den Geist oder die Seele“. Die lateinische Form des Titels ist besser bekannt: *De Anima*. In diesem Buch findet sich die erste Erwähnung zahlreicher Ideen, die noch heute für die Psychologie

grundlegend sind, zum Beispiel die Regeln der gedanklichen Assoziation.

Es handelt sich dabei um die am häufigsten vorkommende und vielleicht erste Art des Denkens überhaupt. Aristoteles war aufgefallen, dass einzelne Ideen aufgrund irgendwelcher Ähnlichkeiten miteinander kombiniert werden können. Zum Beispiel assoziiert man Brot mit Semmeln, weil beide einen ähnlichen Geschmack haben und einen ähnlichen Platz auf der Speisekarte einnehmen. Das zweite Aristotelische Assoziationsgesetz ist der Kontrast zwischen Begriffen. Man assoziiert schwarz mit weiß, Ja mit Nein und oben mit unten. Das dritte Gesetz ist das der Kontiguität (zeitliches oder räumliches Zusammentreffen), wenn Begriffe miteinander assoziiert werden, die in irgendeiner Beziehung zu einander stehen. Man assoziiert Tisch mit Essen, Stuhl mit Sitzen, Füllfederhalter mit Schreiben, Schule mit Lernen usw. Jeder beliebige Begriff kann mehrere Assoziationen hervorrufen. Ungefähr 2250 Jahre später experimentierte Carl Gustav Jung mit dem Wort-Assoziationstest in der psychiatrischen Klinik Burghölzli in Zürich.

Die Tendenz, assoziativ zu denken, ist vermutlich in der Struktur des menschlichen Gehirns eingelegt. Es handelt sich um eine äußerst sparsame und effektive Methode des Denkens. Sie erlaubte es, innerhalb von Millisekunden Neues von Altem, Harmloses von Gefährlichem, Bekanntes von Unbekanntem, Freund vom Feind, Lebensmittel von Ungenießbarem zu unterscheiden. Wie man aus eigenem Erleben wissen dürfte, ist diese Denkmethode nicht ganz fehlerfrei. Man kann sich in der Assoziation täuschen.

Dennoch ist die Assoziationstechnik außerordentlich fruchtbar. Sie kann größere Teile des bewussten Denkens erklären, sie kann erklären, warum Erlebnisse wiedererkannt, aber auch entstellt oder gar nicht beachtet werden. Zugleich wurde erkannt, dass die Kapazität des Bewusstseins begrenzt ist und immer nur ein bestimmtes Quantum an Informationen aufnehmen und verarbeiten

kann. Das Erinnern beruht ganz maßgeblich auf der Assoziationstechnik und hat vermutlich mehr mit diesen rasch ablaufenden Gesetzmäßigkeiten zu tun, als das bewusste Entscheiden. Wenn Alfred Adler betonte, der Mensch nimmt nur das zur Kenntnis, was in seinen Kram passt, so hat er Recht und Unrecht zugleich. Er hat insofern Recht, als das Gehirn anhand der Assoziationsgesetze eine Vorauswahl trifft; und er hat Unrecht, weil er eine willentliche Auswahl unterstellt, die wahrscheinlich so nicht immer vorhanden ist.

Adler übersah auch noch einen anderen Aspekt, der erst Jahrtausende nach Aristoteles als ein weiteres Problem entdeckt wurde, nämlich das der Diskrimination. Der Begriff Diskrimination (von lat. *discriminare*, trennen, absondern, unterscheiden) beschreibt in der Physiologie die Fähigkeit, Reize in Bezug auf zeitlichen und örtlichen Abstand zu unterscheiden. Die Diskriminationsfähigkeit auf der Fingerkuppe ist erheblich größer als beispielsweise auf der Haut des Rückens. In der Psychologie gilt: Die Diskrimination liegt vor der Assoziation. Dieser der Assoziation vorausgehende Schritt bezeichnet die Aufgabe des Individuums, aus der Masse von Erlebnissen und Eindrücken, mit denen es sich ständig konfrontiert sieht, eine Einzelheit auszusondern. D.h., es muss unterscheiden (diskriminieren) zwischen den Aspekten eines Eindrucks, die es als Dinge von Interesse, und denjenigen, die es als Hintergrund wahrnehmen will. Erst wenn es dies geleistet hat, verfügt es über eine Erlebniseinheit, die es wiedererkennen und mit anderen Einheiten assoziieren kann. Der Prozess der Aufmerksamkeitsfokussierung erfolgt in der Regel wiederum in Bruchteilen von Sekunden, kann aber auch willentlich gesteuert werden. Wovon der Diskriminationsprozess abhängig ist, wird heute immer noch erforscht. Aristoteles und die alten Griechen untersuchten noch nicht den Einfluss der Motivation auf den Diskriminationsprozess;

das kam erst sehr viel später im 19. Jahrhundert. Erst dann wurde klar, dass es einen Zusammenhang zwischen Motivation und Assoziation gibt und Assoziationen meist unwillkürlich geschehen. Ebenfalls erst sehr viel später wurde das Lernen, d.h. der Erwerb von Assoziationen, untersucht.

## Antike griechische Schulen

Noch einmal kurz zurück zu den alten Griechen, die uns unendlich viel zu bieten haben. Sie gründeten die Schule des Zynismus, abgeleitet vom griechischen Wort für Hund, da ihr Begründer Antisthenes ursprünglich an einem Gymnasium unterrichtet hatte, das Cynosarges hieß. Den Kynikern ging es darum, ein einfaches Leben zu führen, damit die Seele von Ballast befreit werden könne, einer Art „Zurück zur Natur“-Philosophie. Ihr höchster Wert war das tugendhafte Leben in Selbstbeherrschung. Der berühmteste Kyniker war Diogenes von Sinope (400-323 v. Chr.), ein Schüler des Antisthenes.

Eine ganz andere Lebensphilosophie verfolgten die Hedonisten. Ihre Schule ist abgeleitet von dem griechischen Wort für Lust. Sie versuchten so zu leben, dass sie ihre Lust erhöhten und ihren Schmerz verringerten. Der harte Kern der Hedonisten lebte in einer kommuneähnlichen Schule, wo Männer und Frauen gleichberechtigt waren und sich der freien Liebe hingaben. Ihre Hauptvertreter waren Aristippos und seine Tochter Arete.

Die Skeptiker wiederum vertraten die Ansicht, dass man niemals etwas mit Sicherheit wissen könne. Auch sie suchten Frieden und Ruhe im Leben. Diese Ruhe nannten sie *Ataraxie* (Unerschütterlichkeit, Seelenruhe). Sie versuchten, allem Streit aus dem Wege zu gehen und meinten, es lohne sich ohnehin nicht, viel zu diskutieren, da es ja kein Kriterium für Wahrheit gebe.

Unter den vielen Schulen, die den Seelenfrieden und die innere Ruhe zu einem hohen

Wert erkoren, ragt der Stoizismus heraus. Diese Denkrichtung bezieht ihren Namen auf ein bemaltes Tor in Athen (*stoa poikile*), wo ein berühmter Vertreter dieser Schule, Zenon von Kition lehrte. Stoiker versuchen, ihre Leidenschaften unter Kontrolle zu halten, darunter verstanden sie vor allem unkontrollierte Wutausbrüche, Aggression und physische Begierden. Sie bewegten sich in Richtung auf *Apatheia* (Unempfindlichkeit und Gelassenheit bis hin zu Teilnahmslosigkeit und Leidenschaftslosigkeit). Das bedeutete auch, sich nichts und niemandem unterzuordnen. Weisheit entsteht, wenn die Vernunft die Leidenschaften beherrscht; das Böse entsteht, wenn die Leidenschaften uns beherrschen. Ein weiterer Schritt bestand darin, sich einen Mentor zu suchen, einen weisen, älteren Berater, der den Suchenden auf seine Fehler hinweisen und ihn anleiten sollte. Es ist schwer, einen solchen Menschen zu finden. Das gilt heute noch.

Auch Epikur machte sich Gedanken darüber, woher das Böse stammt. Er war ein besonders scharfer Rationalist. Von Religion hielt er nicht viel, er nannte sie eine Form der Unwissenheit. Er forderte seine Zuhörer auf, die Furcht vor den Göttern zu verlieren. Wenn Gott weder in der Lage noch willens ist, das Böse zu verhindern, ist er nicht mächtig und er verdient es nicht, dass man ihn Gott nennt. Ähnlich wie die Hedonisten suchten die Epikureer nach Glück. Eine Gesellschaft sollte so eingerichtet sein, dass sie der Mehrheit das größtmögliche Glück bietet (Utilitarismus). Philosophie war für sie eine Tätigkeit, die Vernunft und rationales Argumentieren dazu verwendet, das menschliche Gedeihen zu fördern. Die Ähnlichkeiten zwischen Stoizismus und Epikureismus sind beachtlich.

Mit dem kulturellen Niedergang Griechenlands und dem Aufstieg Roms endet die glorreiche Epoche der griechischen, rationalistischen Philosophie. Die Philosophie des römischen Reiches kennt auch einige interessante Philosophen, deren gemeinsame

Merkmale die Religiosität und der Versuch, Gott nahe zu sein, sind. Ihre Philosophie ist durchzogen von der unbewiesenen Annahme, dass es Gott gibt. Die Unterschiede bestehen leider weniger in wissenschaftlichen Aussagen, sondern eher in Streitereien darüber, wer den richtigen Christusglauben hat. Bei allen interessanten Aspekten macht dies die Philosophie der vergangenen 2000 Jahre etwas steril.

### Priester und Schamane

Henry Ellenberger wählt einen gänzlich anderen Zugang zur Geschichte der Psyche. Es handelt sich um die Heilkunst der so genannten Primitiven. Ihre Behandlungsmethoden sind in der Regel alles andere als rational, erwecken aber unser Interesse, weil es sich ja auch um Heilungsversuche handelt. Einer der ersten Forscher, der die Relevanz primitiver Heilmethoden wissenschaftlich erfasste, war der deutsche Anthropologe Adolf Bastian, der 1890 das Buch *Über psychische Beobachtungen bei Naturvölkern* veröffentlichte. Die Hauptmerkmale der Medizin primitiver Völker bestanden darin, Krankheitsobjekte aus dem Körper zu entfernen, verloren gegangene Seelen zu finden und zurückzubringen, die Geister zu beschwören, d.h. fremde Geister zu verscheuchen oder auf andere Personen zu übertragen, bestanden in der Heilung eines Tabubruchs durch Beichte und schließlich in allen Formen der Hexerei einschließlich Exorzismus und Befreiung von Besessenheit. Die Krankheitssymptome waren äußerst vielfältig und entsprachen teils unserer westlichen Erfahrung, teils waren sie gänzlich anders geartet, und sie sind nach unseren Maßstäben schwer zu klassifizieren. Die Heilungsriten waren oftmals außerordentlich kompliziert, dauerten Stunden und fanden vor der gesamten Dorfgemeinschaft oder einem ausgewählten Teil davon statt. Sofern eingesetzten Drogen oder Giften eine wirkliche Heilung zugesprochen werden konnte, dann meist nur aus Zufall. Die meisten verwendeten magischen Stoffe

wirken wahrscheinlich als Placebos. Suggestion war das in der Praxis der Magie wichtigste Agens. Eine magische Prozedur kann tatsächlich ihren Zweck erfüllen, wenn das Individuum fest an ihrer Wirksamkeit glaubt.

Der Heiler (Schamane) spielte in seiner Gemeinde eine viel wesentlichere Rolle, als es unsere Ärzte heute tun. Er war oftmals nicht nur für das Wohlergehen seines Volkes einschließlich Regenmachen und Sicherung des Sieges im Krieg zuständig, er war oft auch ein gefürchteter Zauberer, ein Hüter der Geschichte und ein Prophet. Über eine lange Zeit war die Rolle des Heilers neben der des Häuptlings die wichtigste im Stamm, und manchmal hatte er auch noch das Amt des Priesters inne. Die Schamanen waren für die Behandlung komplizierter Krankheiten zuständig, während einfache Knochenbrüche von Laienkräften verarztet wurden. Im Laufe der Zeit differenzierten sich diese Positionen, aber an dieser Stelle soll betont werden, dass die Wurzeln des Berufsstandes des modernen Psychologen nicht nur in der Philosophie, sondern teilweise auch in der Magie liegen. Viele Jahrhunderte lang haben Heilkundler und Priester nebeneinander gelebt, die Heilungszeremonien wurden oftmals in Tempeln vorgenommen. Die Psychiater des 19. Jahrhunderts interessierten sich stark für die Kultur ferner und fremder Völker.

Priester und Schamane, Seelsorger und Arzt weisen einige interessante Überschneidungen auf. Ihre Verschwiegenheit beispielsweise. Weder dürfen sie Details ihrer Ausbildung preisgeben, noch darüber sprechen, was sie von ihren Klienten erfahren. Die Beichte verspricht seelische Entlastung. Die protestantischen Reformatoren schafften die Beichtpflicht ab, aber in ihren Gemeinden entstand die neue Praxis der Seelsorge.

Am Ende des 16. und während des 17. Jahrhunderts begann mit der Geburt der Naturwissenschaft eine neue Ära. Sie gründete

sich auf Experiment und Messung. Die Medizin wurde ein Zweig der Naturwissenschaft, die Psychiatrie ein Zweig der Medizin, die Psychotherapie eine auf wissenschaftliche Erkenntnisse gegründete Anwendungsform der Psychiatrie. Arzt, Psychiater und Psychologe wurden immer mehr zum Techniker und zum Spezialisten. Sie sind nicht mehr die bedeutendsten Persönlichkeiten einer sozialen Gruppe. Die Persönlichkeit des Therapeuten spielt in der Psychologie noch eine ähnlich zentrale Rolle wie bei den frühen Heilern, aber schon der Psychosomatiker und mehr noch der Mediziner wenden auf eher unpersönliche Art spezifische Techniken an. Die Ausbildung ist nach wie vor anstrengend und zeitaufwendig, aber die persönlichen oder emotionalen Probleme des Arztes spielen keine Rolle mehr. Der Heilkundige richtet sich heute in seinem Handeln nach allgemein anerkannten wissenschaftlichen Regeln, nicht nach einer esoterischen Lehre, die nur von seiner begrenzten Schule gelehrt wird.

Ellenberger betont, bestimmte Züge der modernen dynamischen Therapie hätten eine unverkennbare Affinität zur primitiven Heilkunst: Das wichtigste therapeutische Werkzeug eines Psychotherapeuten, so Ellenberger, ist seine Persönlichkeit. Die Ausbildung schließt eine Eigenanalyse ein, die an die schöpferische Krankheit der Schamanen am Beginn ihrer Ausbildung erinnert. Die alte Heilkunde ist eine Vorform der heutigen Psychosomatik, die als Schnittmenge zwischen Medizin und Psychotherapie langsam wiederentdeckt wird. Die rein naturwissenschaftliche Herangehensweise an den Menschen hat sich in einigen Fällen als unzureichend erwiesen. Die strikte Abgrenzung der ersten tiefenpsychologischen Schulen sieht aus wie eine Regression in die Zeiten der sich befehdenden antiken philosophischen Sekten, die ihre eigenen Lehrmeinungen, ihre eigenen Unterrichtsmethoden und ihre eigenen Ausbildungen hatten.

Der Schweizer Johann Josef Gassner ist ein Beispiel für einen Priesterheiler auf der Schwelle vom Irrationalismus zur Aufklärung. Auch seine Heilerkarriere begann mit einer kathartischen Erkrankung: Immer dann, wenn er seine Messe vorbereitete, bekam er heftige Kopfschmerzen und Schwindelanfälle. Er nahm Zuflucht zu den Exorzismus-Gebeten der Kirche, und nach einer Weile verschwanden seine Beschwerden. Nun begann er, bei erkrankten Menschen in seiner Pfarrgemeinde Exorzismus zu praktizieren, offenbar mit großem Erfolg. Gassner verallgemeinerte seine Erkenntnisse und schrieb ein Büchlein darüber. Die natürlichen Krankheiten gehören in den Bereich des Arztes, er, Gassner, sei für die übernatürlichen Krankheiten zuständig. Dazu gehörten die vom Teufel hervorgerufene Nachahmung einer natürlichen Krankheit, Obsessionen und Wahnerkrankungen durch Wirkung von Hexerei sowie offenkundige Teufelsbesessenheit. Er sagte seinen Kranken, wie über 200 Jahre später Carl Gustav Jung, dass der Glaube an Jesu Christ eine notwendige Voraussetzung für die Heilung sei. Seine Methode und seine Person wurden heftigst in Deutschland, Österreich und der Schweiz diskutiert.

Einer seiner Bewunderer war der berühmte Zürcher Pastor Johann Caspar Lavater. Lavater wurde bekannt durch seine *Physiognomischen Fragmente zur Beförderung der Menschenkenntnis und Menschenliebe* (4 Bände, 1775–78), in denen er Anleitungen gab, verschiedene Charaktere anhand der Gesichtszüge und Körperformen zu erkennen. Mit seiner durchaus psychologisch zu verstehenden Theorie der Physiognomik (die allerdings unzutreffend war) trug er wesentlich zur Popularität des Schattenrisses in der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts in Deutschland bei.

Die Vertreter der Aufklärung waren gegen Gassner und Lavater. Die Aufklärung verkündete den Primat der Vernunft über Unwissenheit, Aberglauben und blinde Tradition.

Selbst die katholische Kirche stand nicht hinter Gassner, der versetzt wurde und bald darauf starb.

Gassners Sturz machte den Weg frei für eine Heilmethode, die keine Bindung an die Religion und keinen Gottesbeweis mehr kannte. Der Weg zur heutigen rationalistischen Medizin war allerdings noch weit und musste verschiedene Zwischenstufen durchlaufen.

### **Mesmerismus, Suggestion und Hypnose**

Eine dieser Zwischenstufen wird repräsentiert von Franz Anton Mesmer (1734-1815). Die Geschichte dieses Mannes ist auch deswegen interessant, weil sie stark an Sigmund Freud und die Anfänge der Psychoanalyse erinnert, wenngleich sie in wichtigen Punkten voneinander abweichen. Mesmer studierte zunächst Theologie, dann Medizin in Wien. Er heiratete eine reiche Wiener Witwe und bezog einen beeindruckenden Landsitz. Zu den Freunden des Hauses gehörte auch die Familie Mozart. Er behandelte eine 27-jährige Patientin, Fräulein Österlin, die an 15 verschiedenen Symptomen litt. Mesmer hatte gehört, dass englische Ärzte bestimmte Krankheiten mit Magneten behandelten, und er hatte den Einfall, sie ein eisenhaltiges Präparat trinken zu lassen. Danach befestigte er einige Magneten an ihrem Körper; die Patientin berichtete von wunderlichen Empfindungen und ihre Beschwerden waren für einige Stunden verschwunden. Mesmer war so klug anzunehmen, dass das eisenhaltige Wasser und die Magneten nicht die eigentliche Ursache für die vorübergehende Heilung sein können. Er nahm vielmehr an, dass eine Heilkraft in seiner eigenen Person vorhanden sein müsse, die er „tierischen Magnetismus“ nannte. Den Rest seines Lebens verbrachte er damit, diese Entdeckung auszuarbeiten und sie der Welt zu präsentieren. Tatsächlich muss seine Suggestivkraft außergewöhnlich gewesen sein. Er konnte bei anderen Menschen Symptome beliebig hervorrufen und zum Verschwinden bringen. Wie bei Gassner

gab es mehrere Untersuchungskommissionen, die Mesmers Heilerfolge unvoreingenommen überprüfen sollten. Wie bei Gassner waren die Ergebnisse uneinheitlich und umstritten. In einem zweiten berühmt gewordenen Fall, der blinden Maria-Theresia Paradis, in den höchste adelige Kreise verwickelt waren, sind viele Ingredienzien enthalten, die auch Freuds frühe Fälle auszeichnen. Es handelte sich um junge Frauen aus besseren Kreisen mit hysterischen Symptomen, die sich in den Therapeuten verliebten, was die Wirkung der Heilmethode und die Wirkung der Person des Arztes ununterscheidbar werden ließ. Die 18-jährige Patientin Paradis wurde nicht geheilt, ganz so wie bei Freud die Erfolge nicht besonders hoch waren.

Wie später Freud ging Mesmer nach Paris, einer leichtlebigen Stadt, die eine allgemeine Tendenz zur Massenhysterie hatte. Wie Freud und Jung war Mesmer ein großer, kräftiger, gut aussehender Mann mit eindrucksvoller Persönlichkeit und weltgewandten Manieren, der leicht Zugang zu den Menschen fand. Wie Freud behandelte Mesmer in seiner Privatwohnung Patienten aus höheren Gesellschaftsschichten. Mesmers Krankheitsmodell ist kompliziert. Er ging davon aus, dass ein nicht näher bestimmtes Fluidum (der „tierische Magnetismus“) das Universum erfüllt und eine Verbindung herstellt zwischen den Menschen, der Erde und den Himmelskörpern. Krankheiten entstehen aus der ungleichen Verteilung dieses Fluidums im menschlichen Körper. Mithilfe bestimmter Techniken lasse sich dieses Fluidum kanalisieren. Auf diese Weise werden Patienten geheilt. Von Mesmer stammt der berühmte Ausspruch: „Es gibt nur eine Krankheit und eine Heilung.“ Er behauptete die Einheit aller Erkrankungen und die Heilungsmöglichkeit durch eine einzige Methode, den tierischen Magnetismus. Sollten Ärzte mit irgendwelchen anderen Methoden oder Arzneien Erfolg haben, so

nur durch die Wirkung des Magnetismus, obwohl die Ärzte sich dessen nicht bewusst seien. Der Charismatiker Mesmer in Verbindung mit seiner Methode ist zudem ein Beispiel für Medizin als Weltanschauung. Er gründete in Paris die „Société de l'Harmonie“, nach Henry Ellenberger „eine seltsame Mischung aus Geschäftsunternehmung, privater Schule und Freimaurerloge“ mit Zweigstellen in vielen französischen Groß- und Kleinstädten.

Weitere Parallelen zwischen Mesmer und Freud sind verblüffend. Das Fluidum, die geheime Kraft, erinnert ein wenig an das Unbewusste einerseits und die Libido andererseits. Beide versuchten die unsichtbare Kraft mit physikalischen Theorien zu erklären. Beide Männer waren anfangs außerordentlich überzeugt von ihrer Entdeckung, von der sie annahmen, es sei ein Universalmittel. Obwohl er seine Methode immer noch „tierischen Magnetismus“ nannte, verzichtete Mesmer schon in Paris auf den Einsatz von Magneten und beschränkte sich auf das Berühren und Handauflegen. Er, Mesmer, habe besonders viel Fluidum und heile Patienten durch Übertragung seines Fluidum-Überschusses auf diese. Es war klar, dass er von den medizinischen Fakultäten keine Akzeptanz erhalten konnte. Mesmer verdiente prächtig, aber die meisten Ärzte waren der Ansicht, dass er ein Scharlatan ist.

Obwohl Mesmer an der Schwelle zur Aufklärung stand, stolperte und stürzte er genau an dieser Schwelle. Der französische König setzte eine weitere Untersuchungskommission ein, die, bevor sie sich an die Arbeit machte, beispielhafte Experimente im empirisch-rationalistischem Geiste benannte, mit denen sie dem Mesmerismus zu Leibe rücken wollte. Der strittige Punkt war allerdings nicht, ob Mesmer seine Patienten wirklich heilte oder nicht, sondern seine Behauptung, ein neues physikalisches Fluidum entdeckt zu haben. Die Kommission kam zu dem Schluss, es gebe keine Beweise für die Existenz eines

„magnetischen Fluidums“. Sofern therapeutische Erfolge zu verzeichnen seien, wurden sie der Einbildung zugeschrieben. Die Kommission wies auch auf die Gefahren hin, die sich daraus ergeben, dass der männliche Magnetiseur auf die magnetisierte Patientin eine erotische Anziehung ausübe.

Die weitere Geschichte ist äußerst spannend, kann hier aber leider nicht erzählt werden. Nur so viel: Es wurde ein Franchise-Unternehmen gegründet, das den Mesmerismus erfolgreich vermarktete. Die Lizenzgebühren sprudelten trotz der wissenschaftlichen Kritik, doch Mesmer, der einen schwierigen Charakter hatte, zerstritt sich mit seinen Unterstützern. Er verließ Paris; in den nächsten acht Jahren wanderte er durch Mitteleuropa und setzte sich in der Schweiz zur Ruhe. Er starb völlig vergessen in seiner alten Heimat am Bodensee. Was Mesmers persönlichen Magnetismus angeht, so war er ein Konglomerat aus Sendungsbewusstsein, Hochmut, Autorität, Charme, Halsstarrigkeit, Größenwahn, Egozentrismus, Überzeugungskraft und Überredungskunst. Er war insofern ein Vorläufer der heutigen Tiefenpsychologie, indem er hysterische Patienten behandelte, seine ganze Person in die Waagschale warf, seine Schüler zu einer verschworenen Gesellschaft zusammenfasste, ihren Mitgliedern schwere finanzielle Opfer abverlangte, keine Abweichung von der Doktrin zuließ, und indem er glaubte, im Besitz der alleinigen Wahrheit zu sein.

Der „tierische Magnetismus“ funktioniert, wenn man an ihn glaubt, und wenn es eine charismatische Person gibt, die den Willen hat, diesen Glauben lebendig werden zu lassen. Das 19. Jahrhundert brachte mehrere solcher Männer hervor, die den „tierischen Magnetismus“ unter diesem oder anderen Namen vor allem in Frankreich und Deutschland verbreiteten. Man sprach vom „magnetischen Schlaf“, vom Somnambulismus, von „magnetischer Luzidität“, womit so unterschiedliche Phänomene gemeint sind wie (im heutigen Sprachgebrauch) Absenzen, Psy-

chose, Suggestibilität, Depersonalisation, Derealisation, dissoziative Störung, multiple Persönlichkeit, Amnesie, Epilepsie und Schizophrenie. Die Therapiemethode war die Hypnose. Die vielen Versuche, dem Magnetismus bei den wissenschaftlichen Autoritäten in Frankreich Anerkennung zu verschaffen, blieben fruchtlos.

In Deutschland wurde die Heilmethode günstiger aufgenommen, nachdem sich die Romantiker ihrer angenommen hatten. Berühmt wurde die „Seherin von Prevorst“, eine junge, ungebildete Frau aus Württemberg namens Friedericke Hauffe, die einen langsamen psychogenen Tod starb (sie wurde zwangsverheiratet und trauerte um einen bewunderten Priester), als sie von Justinus Kerner 1827 in sein Haus aufgenommen und gepflegt wurde. Sie lebte nur noch zwei Jahre. Die „Seherin“ und ihre Visionen, die Kerner 1829 in zwei Bänden veröffentlichte, erregten in Deutschland ungeheures Interesse. Ellenberger nennt das Buch „die erste Monografie auf dem Gebiet der dynamischen Psychiatrie“ über eine einzige Patientin. Kerner vergnügte sich im Alter mit Tintenklecksbilder, die er in der Mitte faltete, ausmalte und mit launigen Gedichten versah. Hermann Rorschach, der Erfinder des Rorschach-Tests (veröffentlicht 1921), berief sich auf Kerners „Klecksographie“ als Quelle seiner Anregung.

Mesmer hatte seine beste Zeit 1777-1785 in Paris; der Mesmerismus blüht in Europa bis ungefähr 1860. Ihre Vermischung mit wilden Spekulationen, Okkultismus und Scharlatanerie diskreditierte die Bewegung schließlich. Doch ähnlich wie die Alchimie, die auf unbeholfene Weise Physik und Chemie eher behinderten als förderten, erweiterten Mesmerismus, Hypnose und Suggestion indirekt die Zugänge zur Psyche. Charismatische professionelle Hypnotiseure zogen in ganz Europa ein begeistertes Publikum an. Einer der Berühmtesten war der Däne Carl Hansen (1833-1897). Seine weltweiten Auftritte brachten etliche Wissenschaftler dazu,

das Phänomen Hypnose weiter zu untersuchen. Zu den wenigen, die es wagten, mit Hypnose zu experimentieren, gehören die Franzosen Auguste Liébeault (1823–1904) und Hippolyte Bernheim (1840–1919), die die „Schule von Nancy“ führten. Liébeault heilte in hypnotischen Schlafzuständen, hatte damit viel Erfolg, galt jedoch in Medizinerkreisen eher als Quacksalber und Narr. Von seinen Wundertaten angezogen besuchte ihn 1882 Bernheim, bis 1871 Professor für Innere Medizin an der Universität Straßburg, anschließend in Nancy. Durch Liébeault inspiriert begann er, die Hypnosemethode an seiner Universität einzusetzen. Durch ihn und seine Bemühungen, die Welt vom Werk Liébeaults in Kenntnis zu setzen, kam jener sehr verspätet doch noch zu großem Ruhm. Liébeault und Bernheim werden erwähnt, weil wir jetzt sehr nahe an Sigmund Freud und die Psychoanalyse herankommen.

Freud hatte, als er 1886 seine Praxis in Wien eröffnete, bald erkannt, dass er seinen Patienten mit neurologischen Methoden nicht helfen konnte. Die Ursache ihrer Erkrankung lag offensichtlich nicht in einer Schädigung ihres zentralen Nervensystems, sondern in einer Abnormität ihrer Psyche. Freud wandte die Hypnose zunächst so an, wie er es bei Jean-Martin Charcot in Paris gelernt hatte; er galt einige Zeit lang als Hypnospezialist, war aber selbst unzufrieden mit den Erfolgen. Nur wenige waren suggestibel genug für eine Hypnose. Dann erfuhr Freud von der „Schule von Nancy“, von der er sich eine Verbesserung der Methode versprach. Freud war bei seinem Besuch 1889 beeindruckt von Liébeault und Bernheim, später übersetzte er zwei Werke von Bernheim ins Deutsche. Freud verließ dennoch die Hypnose als Zugangswerkzeug zum Unbewussten. Er entwickelte aus der hypnotischen Therapie die Psychoanalyse sukzessive über die Befragung des Patienten und die Technik der Gedankenassoziation.

## Jean-Martin Charcot

Die zweite Person, die Freud mächtig beeindruckte, war Jean-Martin Charcot (1825–1893), der Herrscher über die Pariser Salpêtrière, ein Neurologe von gebieterischer Gestalt. In den Jahren 1870–1893 war Charcot der größte Neurologe seiner Zeit. Die Salpêtrière war ein riesiges Armenpflegeheim mit vier- bis fünftausend alten Frauen. Für Charcot war das eine Goldmine der klinischen Forschung, und er war der Mann, der mit einer straffen Organisation diesen Schatz hob. Er wurde Leiter einer Abteilung für Epileptikerinnen und für Hysterikerinnen, die gelernt hatten, epileptische Anfälle nachzuahmen. Zu seinen großen Leistungen gehört es, hysterische Lähmungen untersucht zu haben, die nicht auf Schäden des Nervensystems beruhen. Er war beeindruckt von den hysterischen Phänomenen wie Anästhesien, Störungen des Sehsinnes, der Existenz hysterogener Punkte, insbesondere aber vom Charakter des großen hysterischen Anfalls, welchen er zum Vollbild der Hysterie zählte. Durch hypnotische Suggestion konnte Charcot Lähmungen hervorrufen und wieder zum Verschwinden bringen. Aber wie konnte ein rein psychischer Faktor eine Lähmung verursachen, ohne dass dem Patienten der Faktor bekannt war? Beides – die Wirkung der Suggestion und die Folgen eines physischen Schadens – sah meist völlig identisch aus.

Charcot war ein gefürchteter Mann, klein und beständig, tatkräftig, höchst gelehrt, keinen Widerspruch duldend, herrschsüchtig, ehrgeizig, ein Despot mit einem eisernen Willen, autoritär gegenüber seiner Familie, seinen Mitarbeitern und Patienten, aber andere schildern ihn als human, zugewandt, ausgeglichen, vernünftig und umsichtig. Sein Familienleben sei harmonisch und glücklich. Über die Schule, die er geschaffen hatte, übte er die absolute Herrschaft aus. Er gewann den Ruf, ein großer Wundertäter zu sein. Aus der ganzen Welt wurden Patienten



zu Charcot gebracht. Kraft seiner Autorität befahl er Gelähmten, wieder zu gehen. Seine Vorlesungen und Falldemonstrationen wurden zur Legende. Die Befragung hatte die Form eines dramatischen Dialogs zwischen Charcot und der Patientin. Seine Diagnosen waren beispielhaft klar und knapp. Die Wirkung auf Sigmund Freud (wie auf die übrigen Besucher) war enorm.

Dieses herrliche Bild hat seine Schattenseiten. Charcot wurde von vielen Seiten aus angegriffen, weil er mit der Erforschung der Hypnose und der Hysterie nicht immer auf dem festen Boden der Neuropathologie blieb. Einige seiner scheinbar loyalen Schüler führten ihn hinters Licht, indem sie ihm immer ungewöhnlichere Manifestationen vorführten, die sie mit den Patienten eingeübt hatten.

Es gibt ein berühmtes Gemälde von André Brouillet, das eine Frau namens Blanche Wittmann beim Endstadium eines hysterischen Anfalls unter Hypnose darstellt (1887). Die Dame galt an der Salpêtrière in Paris als „Königin der Hysterikerinnen“ und war eines der begehrten Schauobjekte, die Charcot in seinen spektakulären Dienstagsvorlesungen (*leçons du mardi*) der begeisterten Menge vorführte. Rechts im Bild steht souverän Charcot, der den Fall erläutert, die schöne Dame lehnt mit entblößten Schultern an der Brust eines Assistenten, während ein weiterer Assistent die Demonstration protokolliert. Links hinten an der Wand, nicht sehr deutlich zu sehen, hängt ein großes Bild, das eine Frau im Zustand des „großen Bogens“ zeigt. Die Hände der Frau auf dem Bild und die von Blanche Wittmann sind in charakteristischer Weise nach innen verkrampft. Frau Wittmann wusste, was von ihr erwartet wurde.

Es wird kritisiert, dass Charcot sich immer weiter in der Erforschung der Hysterie und der Hypnose verlor, wobei er methodische Fehler machte. Er interessierte sich kaum für die Vorgeschichte seiner Patienten und machte kaum jemals Visiten; das überließ er

seinen Mitarbeitern. Der Betrieb war so riesig, dass er nie einen vollen Überblick bekam. Weil niemand wagte, ihm zu widersprechen, zeigten seine Mitarbeiter ihm, was er nach ihrer Meinung sehen wollte. Das betraf vor allem die jungen, hübschen und listigen hysterischen Patientinnen, die sich im Brutkasten der Salpêtrière gegenseitig ansteckten.

Charcots Ruhm verschwand sofort nach seinem Tode. Er wurde als despotischer Wissenschaftler angesehen, der so blind an seine Theorie glaubte, dass er eine psychische Epidemie auslöste. Es schien, dass die klassischen Symptome der Hysterie nichts seien als die Folge von Suggestion. Seitdem ist die Diagnose „Hysterie“ diskreditierend. Psychoanalytiker jedoch preisen Charcot als einen Vorläufer Freuds.

Jedenfalls gibt es Moden in der Medizin, die wie Wellen über einzelne Länder hinweggehen, um dann abzuebben. Im 19. Jahrhundert beschäftigte man sich mit dem „tierischen Magnetismus“, der Hypnose, der multiplen Persönlichkeit, der Hysterie, mit neuen Modellen der menschlichen Psyche, verschiedenen Anschauungen von Psychogenese, man experimentierte mit psychotherapeutischen Verfahren und entdeckte die Suggestivkraft der Magnetiseure und Hypnotiseure. Charismatische Männer stiegen auf und wurden nach ihrem Tode schnell vergessen, ebenso wie ihre Konzepte. Aufstieg und Fall hängen auch mit der inneren Verfasstheit der Gegenstände zusammen. Die Hypnose hatte deutliche Nachteile: Nicht jeder konnte ein guter Hypnotiseur werden und nur wenige ließen sich wirklich gut hypnotisieren. Man fand heraus, dass viele Patienten nur vorgaben, hypnotisiert zu sein, um dem Arzt einen Gefallen zu tun.

### Weitere Wegbereiter

Carl Gustav Carus, ein Arzt und Maler, wurde bekannt durch seine Arbeiten über Tierpsychologie und Physiognomik, besonders aber

durch sein Buch *Psyche. Zur Entwicklungsgeschichte der Seele* (1846), das den ersten Versuch darstellt, eine vollständige und objektive Theorie über das unbewusste Seelenleben anzufertigen. Das Buch beginnt mit den programmatischen Worten: „Der Schlüssel zur Erkenntnis vom Wesen des bewussten Seelenlebens liegt in der Region des Unbewusstseins.“ Carus unterschied drei Schichten des Unbewussten: erstens das absolute Unbewusste, das ständig und für immer unzugänglich bleibt, zweitens das teilweise Unbewusste, wozu auch die Tätigkeit der Organe gehören (Atmung, Blutkreislauf), drittens das relative Unbewusste, das die Gesamtheit der Gefühle, Wahrnehmungen und Vorstellungen umfasst, die wir jemals gehabt haben, und die unbewusst geworden sind. Im Schlaf kehre das Individuum periodisch ins Unbewusste zurück. Das Unbewusste sei unermüdlich am Wirken, während unser Bewusstsein Ruhe und Erholung brauche. Das Unbewusste sei grundsätzlich gesund und kenne keine Krankheiten. Das ist in Kürze der heute noch akzeptierte Teil seiner Theorie; viele andere seiner detaillierten Aussagen sind uns heute unverständlich. Jedenfalls war er ein scharfer Beobachter der menschlichen Seele. Das Werk entstand am Ende der Romantik, bevor der Positivismus die Vorherrschaft übernahm.

Der Beginn der wissenschaftlichen Psychologie wird verbunden mit den Arbeiten des Anatomen und Physiologen Ernst Heinrich Weber und des Physikers, Philosophen und Anthropologen Gustav Theodor Fechner. Sie erforschten experimentell Sinneseindrücke und die Diskrimination. Ernst Weber (1795–1878) studierte und lehrte bis zu seinem Tode in Leipzig. Seine Forschung beschäftigte sich vornehmlich mit den Berührungssinnen und Kinästhesie (der Erfahrung von Muskelpositionen und Bewegung; Interozeption und Propriozeption). Er war der erste, der eindeutig zeigen konnte, dass es Kinästhesie gibt, und er demonstrierte dass Berührung

tatsächlich mit einem Zusammenspiel aus Druck, Temperatur und Schmerz erfahren wird. Weber experimentierte mit dem kleinsten Gewichtsunterschied, den eine Person noch wahrnehmen kann (wir können ein vierzigstel Unterschied erspüren, egal bei welchem Gewicht), und er suchte auf der Körperoberfläche jene Stellen mit der kleinsten und der größten Schwelle zum Erkennen des Abstandes von zwei Berührungspunkten. Die Zunge hat die kleinste Schwelle von etwa einem Millimeter und der Rücken die größte von etwa 60 Millimeter.

Gustav Fechner, der Medizin studierte, aber eine Physikprofessur in Leipzig erhielt, setzte sich meist selbst als Testperson ein. 1860 begründete er seine Karriere mit dem Buch *Elemente der Psychophysik*. Beispielsweise bot er den Versuchspersonen Reize in aufsteigender oder absteigender Folge. Je nach Untersuchungsziel sollten die Versuchspersonen angeben, wann sie den Reiz bemerken bzw. nicht mehr bemerken (Bestimmung der Reizschwelle). Es ging also darum, einen Reiz zu bemerken und ihn ins Bewusstsein aufzunehmen, d.h. zu diskriminieren. Ein wichtiges Ergebnis war, dass es keine genaue und gleichbleibende Reizschwelle gibt, die zu einer Aufmerksamkeitsaufnahme führt. Fechner untersuchte auch den Unterschied zwischen zwei Reizen und ob ihr Unterschied bemerkt wird. Es wurde gesucht nach den eben noch bemerkbaren Reizen und dem noch eben merklichen Unterschied zwischen zwei Reizen.

Das Fechner'sche Gesetz lautet, dass ein Gefühl proportional zur Stärke des Reizes ist. Physikalische Ereignisse und geistige Ereignisse laufen parallel. Nebenbei vertrat er eine Art Animismus, denn er glaubte in spiritueller Manier, der Planet Erde habe eine Seele und die ganze Natur sei lebendig und habe Bewusstsein. Freud ging mehrmals auf Fechner ein und übernahm von ihm die Ideen von der seelischen Energie, von der örtlichen Einteilung der Psyche, vom Lust-

Unlust-Prinzip und vom Prinzip der Wiederholung.

### John Stuart Mill

Nachdem sich die Wissenschaften von den geistigen Fesseln der Theologie und der Kirche befreit hatten, gab es kein Halten mehr. Ich überspringe die Renaissance, die Romantik und die Psychologie großer Philosophen (Auguste Comte, Georg Hegel, Jean-Jacques Rousseau, Arthur Schopenhauer, Sören Kierkegaard, Friedrich Nietzsche und, nicht direkt dazu gehörend, aber doch interessant, Johann Wolfgang Goethe) und komme zu einigen direkten Vorläufern der psychologischen Forschung, die allerdings von ganz anderer Qualität ist als Mesmerismus, Suggestion und Hypnose. Das Assoziationsdenken beschäftigte Forscher wie John Stuart Mill, der Anfang des 19. Jahrhunderts in London von seinem Vater in den Prinzipien des Utilitarismus und der Assoziationsgesetze erzogen wurde. Mit drei lernte der kleine John Griechisch, mit acht Latein. Er begann mit den Grundlagen, die Hume, sein Vater James Mill und andere erstellt hatten:

- Eines Sinnesimpression hinterlässt eine mentale Repräsentation (Gedanke oder Bild);
- Wenn zwei Stimuli wiederholt zusammen dargeboten werden, stellen sie eine Assoziation her, selbst wenn sie nicht miteinander zu tun haben;
- Die Intensität einer solchen Paarung kann dieselbe Funktion haben wie Wiederholung.

Mill betonte, wir können über unsere Welt und uns selbst nur wissen, was wir erfahren, stellte aber fest, dass wir mittels Verallgemeinerung auch über Dinge sprechen können, die jenseits der eigenen Erfahrung liegen. Verallgemeinerungen der Erfahrungen führen zu Theorien, von dort entwickeln wir dann alternative Hypothesen; wir testen diese Hypothesen durch Beobachtung und Experimente, deren Ergebnisse ermöglichen es uns, die Theorie zu verbessern, und so

weiter. Mit dieser kreisförmigen, hermeneutischen (natur)-wissenschaftlicher Arbeit bilden wir langsam (Natur)-Gesetze, auf die wir uns zunehmend verlassen können.

Mill sagte voraus, dass die Psychologie tatsächlich eines Tages eine Wissenschaft werden könne, doch vermutlich nie eine exakte Naturwissenschaft. Er bezweifelte, dass es möglich sein werde, das Verhalten der Menschen vorauszubestimmen (die Prognosefähigkeit einer Theorie ist ein hohes Wahrheitskriterium), daher bleibe nur, über Tendenzen und Wahrscheinlichkeiten zu sprechen.

John Stuart Mill war auch ein hervorragender Vertreter des Utilitarismus. Dieser erkennt an, dass Freude und Glück nicht unbedingt an Lust gebunden sind. Es gibt höhere Motivationsebenen, beispielsweise Erkenntnis und ungestillte Neugier. Sein Utilitarismus bezog sich auf die Verbesserung der Gesellschaft. Eine Handlung sei nützlich, wenn sie zum Wohl der Menschheit beiträgt. Er setzte sich deshalb für das Frauenwahlrecht und für mehr persönliche Freiheit ein, weil kreative Menschen bessere Beiträge zum Fortschritt der Gesellschaft leisten.

### Charles Darwin

Fast zur selben Zeit wie John Stuart Mill wurde Charles Darwin (1809-1882) geboren. Er und seine Evolutionstheorie revolutionierten nicht nur das wissenschaftliche Denken allgemein, sondern hatten fast unvermeidlich auch starken Einfluss auf die Tiefenpsychologie. Darwin selbst war sehr vorsichtig, seine naturwissenschaftlichen Beobachtungen auf den Menschen und damit auf die Philosophie anzuwenden. Zeitgenossen und Nachfolger waren weniger zurückhaltend. Unter Berufung auf Darwins Evolutionsgesetze formulierten sie neue Auffassungen von Evolution und Fortschritt. In der Natur gibt es biologische Entwicklung und Fortschritt, warum nicht auch im sozialen und sogar moralischen Leben der Menschen? Die

Annahme einer zielgerichteten Entwicklung in Natur und Gesellschaft ist allerdings ein bis heute anhaltendes, großes Missverständnis; viele nahmen fälschlicher Weise an, der Mensch in seiner biologischen Komplexität und der einzigartigen Fähigkeit des Bewusstseins sei die Endstufe der Evolution, die bei Einzellern begann. Die ganze Natur sei ein universaler Entwicklungsprozess vom Molekül bis hin zu den Himmelskörpern, meinte beispielsweise der Biologe Ernst Haeckel. Eine falsch verstandene Form des Darwinismus, der so genannte Sozialdarwinismus, wurde zur gängigen Denkfigur des modernen Menschen. Die Natur erschien als ein „Kampf ums Dasein“, in der nur der Tüchtigste überlebt und die Untauglichen erbarmungslos untergehen. Rassisten benutzten dieses Argument zur Unterdrückung und Ausrottung „primitiver Völker“ durch die Weißen. Die Marxisten benutzten es als Argument für Klassenkampf und Revolution. Militaristen erhielten ein Argument an die Hand für die Notwendigkeit oder Unvermeidlichkeit von Kriegen. Einen grausamen Höhepunkt oder besser Tiefpunkt stellte Hitler dar, der sich mehrfach auf Darwin berief.

Alfred Adler integrierte in seine Theorie wesentliche Teile des Darwinismus, wie er zu seiner Zeit verstanden wurde. Doch kehrte Adler mit seiner Theorie von der Kompensation von Organminderwertigkeiten den Grundsatz von der angeblich zwangsläufigen Ausmerzung der Untauglichen um. Unzulänglichkeitsgefühle waren für ihn Ansporn, eine unterlegene Position durch vermehrte Anstrengung auszugleichen und zu überwinden. Wer klein ist, müsse nicht klein bleiben. Zugleich prophezeite Adler all jenen den Untergang, die nicht genug Gemeinschaftsgefühl besitzen. Angeblich seien sie alle ausgestorben (was definitiv nicht stimmt). Adler verfolgte auch eine lamarckistische Idee, wenn er schrieb, dass die Menschheit (vor allem unter dem wohltuenden Einfluss seiner Individualpsychologie) sich höher entwickeln

könnte, würden alle Gemeinschaftsgefühl so selbstverständlich leben wie das Atmen.

Auch Freud war vom Darwinismus beeinflusst, weniger von den evolutionären Entwicklungsideen, mehr von der Rolle der sexuellen Auswahl im Evolutionsprozess. Beiden war wohl bewusst, dass sich Entwicklung nicht geradlinig vollzieht, es vielmehr zu Stockungen und Rückschritten (Regression) kommen kann. Freud kannte Darwins Schriften, aber Darwins Einfluss reicht bei Freud nicht weit.

### Wilhelm Wundt

Es war Wilhelm Wundt, der als Erster den Versuch unternahm, das Beobachtungsmaterial in systematischen Zusammenhang zu bringen. Er gründete 1879 in Leipzig das erste Institut für experimentelle Psychologie. Aus diesem Grund wie auch seiner sonstigen Leistungen wegen bezeichnet man ihn als den Vater der Psychologie – als Naturwissenschaft! Er sorgte dafür, dass die neue Disziplin den Status einer Wissenschaft erlangte, indem er die vorhandenen Untersuchungen in einen formellen Rahmen einbrachte, den man als Strukturalismus bezeichnet. Strukturalisten unterteilen das bewusste Seelenleben in Komponenten, Bausteine des Erlebens, die selbst nicht weiter teilbar sind. Die Psyche, das Bewusstsein, das Seelenleben haben also eine Struktur, zusammengesetzt aus mehreren Teilen: Empfindung, Gefühl, Apperzeption, Affekt, Vorstellung etc.

Wundt war ein stiller, hart arbeitender und sehr methodischer Forscher. Vor seinen Studenten sprach er stundenlang mit leiser Stimme, ohne Notizen oder Hilfsmittel und ohne eine Pause für Zwischenfragen. Seine Studierenden mochten ihn, hielten ihn jedoch nicht für sonderlich unterhaltsam. Er veröffentlichte in seiner geschäftigen Leipziger Zeit auch vier Philosophiebücher; Psychologie war zu seiner Zeit noch nicht von der Philosophie getrennt. In seiner späteren

Karriere interessierte sich Wundt für Sozial- oder Kulturpsychologie. Man müsse sich der Kulturpsychologie durch ihre Produkte nähern – zum Beispiel Mythologie, Kultpraktiken und Rituale, Literatur und Kunst. Er schrieb eine zehnbändige Völkerpsychologie, die zwischen 1900 und 1920 veröffentlicht wurde, darin findet sich auch der Gedanken stufenweiser kultureller Entwicklung von primitiven Stadien zum Totemismus, durch das Zeitalter der Helden und Götter bis hin zur Epoche des modernen Menschen.

Wundt scheint die Hoffnung gehabt zu haben, das psychologische Gegenstück zu dem in der Chemie eingeführten periodischen System der Elemente entwickeln und in der gleichen Weise systematisieren zu können. Er postulierte, dass man diese Prozesse nur unmittelbar in Aktion studieren müsse. Er führte das Experiment sowie physiologische und statistische Methoden in die Psychologie ein. Alles musste getestet werden und messbar sein; metaphysische Gesichtspunkte blieben ausgeschlossen.

Er kombinierte seine Experimente mit der Introspektion, der Selbstbeobachtung. Die Versuchspersonen sollten schildern, was sie, angeregt durch äußere Sinneseindrücke, fühlen und bemerken. Zur Anwendung kam unter anderem wieder der Assoziationstest. Der „Reiz“ war das gesprochene Wort „Palme“ - die Assoziation der Versuchspersonen zum Beispiel: „Erinnert an eine Landschaft in den Tropen, stammt von einem Bild“.

Die Untersuchungen, die Wundt und seine zahlreichen Studenten durchführten, drehten sich zumeist um Sinneswahrnehmung, die meisten von ihnen visuelle Wahrnehmungen, und es gab Studien zur Reaktionszeit, Aufmerksamkeit und zu Assoziationen. Wundt unterschied nicht zwischen Reiz und Empfindung. Für Wundt waren die Sinnesorgane bloße Kanäle zur Weiterleitung von Informationen. Die Bedeutungsinterpretation sah er außerhalb des Bereichs der Wissenschaft liegen. Im Fortgang seiner Arbeiten erkannte er allerdings, dass er um die Be-

schäftigung mit der Wahrnehmung nicht herumkommen würde. Es gibt einen Unterschied zwischen dem objektiven Reiz und der subjektiven Reaktion.

Sein fundamentalstes Gesetz besagt, dass der Fluss der bewussten Erfahrung keine Zufallsfolge darstellt. Die Seele ist ein Prozess, der einer bestimmten Ordnung gehorcht. Zuallererst sind wir emotionale Geschöpfe. Erst kommt die Emotion, dann die Kognition. Alle geistigen Tätigkeiten enthalten Emotionen; Emotionen wirken auf die Kognition ein – Angst oder Freude beispielsweise. Er stellte ferner das Gesetz der seelischen Resultanten auf. Demnach wirken psychische Elemente in Kombination verändernd aufeinander ein, so dass als Ergebnis etwas Neues entsteht, das von den Ausgangselementen verschieden ist. Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile. Ein drittes von Wundt aufgestelltes Gesetz ist das des Kontrastes. Es besagt, dass Unterschiede und Gegensätze besonders auffallend sind, beispielsweise ein Schwarzer in einer Klasse weißer Schüler oder eine hoch aufgeschosene Frau neben einem kleinen Mann.

Die psychologischen Felder, die Wundt beackerte, sind so vielfältig, dass sie nicht alle aufgezählt werden können. Wundt hielt zum Beispiel die Motive des Menschen für folgenswer, weil daraus ein Wille und daraus eine Wahl und daraus eine Entscheidung und daraus eine willentliche Handlung folgen können. Viele kontrollierte Handlungen geschehen mit der Zeit automatisch, wodurch wir Raum für komplizierteres willentliches Handeln erreichen. Tatsächlich hielt Wundt die Entwicklung des logischen Denkens für die höchste Form des Willens, der Menschen fähig sind.

### Sir Francis Galton

Sir Francis Galton aus Birmingham war ein Vetter von Charles Darwin und eine insgesamt schillernde Gestalt. Er konnte schon mit eineinhalb Jahren lesen und wurde von sei-

nem Vater, einem wohlhabenden Bankier, zuhause erzogen. Er schloss ein Medizinstudium ab, reiste sehr viel und wurde Mitglied der Royal Geographical Society, für welche er Landkarten neuer Territorien und Berichte über seine Abenteuer anfertigte. 1856 wurde er Präsident dieser Organisation.

Galton hatte eine Schwäche dafür, alles zu messen – das dehnte er sogar auf die Hinterteile der Frauen aus, die er auf seinen Reisen in Afrika traf (das musste natürlich aus einiger Distanz geschehen, mit Hilfe der Triangulation, der optischen Abstandsmessung). Sein Interesse an Messungen brachte ihn dazu, die Wetterkarte zu erfinden (eingeschlossen der Hochs, Tiefs und der Fronten – sämtlich Begriffe, die er eingeführt hat), und er schlug Scotland Yard vor, mit Fingerabdrücken zu arbeiten.

Seine Obsession führte letztlich dazu, dass er versuchte, Intelligenz zu messen und die Entstehung und Entwicklung von Genies zu erklären. Immerhin befanden sich neben Charles Darwin und ihm einige Männer und Frauen mit außergewöhnlichen Fähigkeiten in der Familie. 1869 publizierte er *Hereditary Genius: An Inquiry into its Laws and Consequences*, worin er demonstriert, dass die Kinder von Genies ebenfalls dazu neigen, Genies zu werden. Aber es gab auch ganz gewöhnliche Kinder. 1874 erschien *English Men of Science: Their Nature and Nurture*, basierend auf Umfragen, die er an Tausende von Wissenschaftler verschickte. In diesem Buch stellt er fest, dass das Potenzial für hohe Intelligenz zwar eindeutig vererbt sei, man es aber fördern müsse, um es zur vollen Blüte zu bringen. Insbesondere die breit angelegte liberale Erziehung des schottischen Schulsystems stellte sich als dem englischen Schulsystem überlegen heraus.

1883 veröffentlichte er *Inquiries into Human Faculty and its Development*. Das sollte das erste Mal sein, dass jemand identische Zwillinge vergleichend untersuchte, eine Metho-

de, die heute als ideal gilt, um die Einflüsse von Natur versus Milieu zu erforschen.

Der Schritt zur Intelligenzforschung lag nahe. 1905 wurde die Binet-Simon-Intelligenzskala veröffentlicht, der erste Test, der die direkte graduelle Untersuchung von Intelligenz ermöglichte. Der Franzose Alfred Binet (1851–1911) und sein Student Theodore Simon (1873–1961) erhielten 1899 von der französischen Regierung den Auftrag, Retardierung an französischen Schulen zu untersuchen und einen Test zu erstellen, mit dem normale von entwicklungsgehemmten Kindern unterschieden werden könnten. Er mahnte, seine Tests mit Vorsicht anzuwenden: Kinder, die zwei Jahre hinter ihrer altersgemäßen Entwicklung zurückgeblieben zu sein scheinen, könnten sich später normal entwickeln.

So wie die Evolutionstheorie zum Sozialdarwinismus entartete, so entartete die Intelligenzforschung zur Eugenik. Besonders unangenehm fällt in diesem Zusammenhang Henry Goddard auf. Der Amerikaner brachte einige Bundesstaaten dazu, Sterilisationsprogramme für *defectives* (Minderwertige) durchzuführen. Tausende wurden nach Tests als schwachsinzig etikettiert. Besonders grauenhaft war das Euthanasie-Programm in Nazi-Deutschland, was die Eugenik nachhaltig diskreditierte. Wenn vom Elend der Psychologie die Rede ist, muss dieses beschämende Kapitel mit erwähnt werden.

### William James

William James war ein US-amerikanischer Psychologe und Philosoph und der Begründer der amerikanischen Psychologie. Von 1876 bis 1907 lehrte er Psychologie und Philosophie an der Harvard University. Sein Werdegang ist interessant und zugleich äußerst amerikanisch. Sein Vater war steinreich und auch seine Kinder brauchten sich materiell nie zu sorgen. William versuchte sich zunächst als Maler, dann studierte er Chemie

und später Medizin. Krankheitsbedingt suchte er mitteleuropäische Kurorte auf; in Berlin besuchte er psychologische Vorlesungen. Zurück in den USA schloss er sein Medizinstudium ab und er wurde Dozent an der Harvard University. 1875 gab er die erste psychologische Vorlesung auf amerikanischem Boden. Ein Jahr später wurde er zum Professor für Psychologie und zugleich Philosophie ernannt. 1885 wandte er sich vollständig und endgültig der Philosophie zu.

Anders als Wilhelm Wundt hatte sich James selbst nur wenig mit Experimenten abgegeben. Seine Theorie beruht zum großen Teil auf Introspektion und Beobachtung und einigen spekulativen Gedankengängen. Er war ein Eklektizist und er vermied jeglichen Methodendogmatismus. Sein Hauptwerk trägt den Titel *Principles of Psychology* und erschien nach 12-jähriger Arbeit 1890. Es war das erste amerikanische Standardwerk in Psychologie und zeichnete sich durch seine methodologische Offenheit aus. Für James war die Psychologie die Wissenschaft vom Seelenleben, einschließlich der biologischen und neurologischen Vorgänge, sowie der persönlichen Erfahrung des Einzelnen.

James versuchte die physiologische und die psychologische Seite des Seelenlebens gleichermaßen zu erfassen. Alle psychologischen Prozesse müssen ein physiologisches Substrat haben. Modifikationen auf der einen Seite ziehen Modifikationen auf der anderen Seite mit sich, eine heute gängige psychosomatische Grundannahme. Es gebe biologische Grundbedürfnisse, auf die der Mensch psychologisch reagiert, indem er Handlungen in Gang setzt, um diese biologischen Bedürfnisse zu befriedigen. Aufgrund dieser Tatsache sei die Fähigkeit des Menschen zu rationalem Handeln beschränkt; oft handelt er mehr von Bedürfnissen getrieben als von Vernunft. Es gebe aber auch Bereiche der freien Willensentscheidung, wo der Mensch in Maßen sein eigenes Schicksal selbst bestimmen kann.

Gerade weil viele europäische Zeitgenossen von James es anders hielten, sei erwähnt, dass James seine Selbstbeobachtung um experimentelle Methoden ergänzte. Deshalb wandte er seine Aufmerksamkeit auch Kindern, Geistesgestörten und Tieren zu. Die Befunde verglich er mit dem Verhalten des normalen Kulturmenschen. Klare Definitionen waren ihm wichtig, da Sprache im wissenschaftlichen Umfeld eine Fehlerquelle ersten Ranges sein kann. Genaue Definitionen seien besonders dann nötig, wenn Begriffe aus der Umgangssprache entnommen, diesen aber einen anderen Inhalt gegeben werden.

Während die Gründer der Tiefenpsychologie nach verborgenen und geheimen Motiven fahndeten, meinte James, Veränderungen des Seelenlebens könnten normale Entwicklungsschwankungen darstellen oder Reaktionen auf veränderte Umweltbedingungen sein. Daneben beschäftigte er sich mit psychologietheoretischen Problemen und beschrieb eine Reihe von Unsicherheitsfaktoren, die die Exaktheit einer Theorie beeinträchtigen können. Er wies darauf hin, dass die Introspektion bzw. die Fremdbeobachtung für sich allein betrachtet bereits eine Veränderung des Seelenlebens bedeute, im Grunde also schon eine Verzerrung darstelle. Der psychologische Forscher sollte das bei seinen Überlegungen berücksichtigen. Ein Proband wird sich allein schon deswegen anders benehmen, weil er sich unter Beobachtung weiß. Auch war James klar, dass sich ein Reiz nicht eins zu eins im Bewusstsein abbildet; das Wahrgenommene weicht vom Realreiz ab, aber natürlich beeinflusst der Realreiz das Wahrgenommene.

James griff die Diskrimination auf: Der Einzelnen könne wählen, ob er sich lieber dieser oder jener Sache bewusst sein will. Solche Überlegungen sind wichtig im Hinblick auf die Frage, ob Verdrängungen bewusst oder unbewusst geschehen. Der Mensch sei nicht völlig frei in dieser Wahl. Auswahl, Hinzufügungen, Weglassungen usw. seien sowohl

biologischer als auch psychologischer Natur. Die höheren Geistestätigkeiten seien dynamischer Natur und ändern sich in jedem Augenblick. Sie seien zudem auch von biologischer Zweckhaftigkeit. Sie dienen der Anpassung an die Umwelt, lenken Verhalten auf bestimmte Ziele, antizipieren voraussichtliche Schwierigkeiten und ersinnen Lösungsmöglichkeiten dafür. James' Behauptung, dass Denken zweckhaft sei, hielten viele zur damaligen Zeit für eine Herabsetzung der menschlichen geistigen Tätigkeit.

James benannte einige solcher dynamischen Eigenschaften. Er nannte sie Scharfsinn oder Einsicht. Dieses schöpferische Vermögen erlaube uns, Dinge in der richtigen Perspektive zu sehen und angesichts eines gegebenen Problems dessen Hauptmerkmale von den unwichtigen Details zu unterscheiden (Diskrimination). Dann suche das Bewusstsein assoziativ nach Problemlösungsmöglichkeiten und treffe anschließend (hoffentlich) eine Wahl. Für James war der Mensch nicht das hilflose Opfer des launischen Schicksals. Gleichzeitig vertrat er die Ansicht, dass das menschliche Verhalten von irrationalen Instinkten beherrscht wird. Diesen Widerspruch konnte James noch nicht auflösen.

Um sein Denken etwas plastischer darzustellen, soll ein kurzes Beispiel herangezogen werden: Jemand erblickt einen Bären, bekommt es mit der Angst zu tun und läuft davon (Wahrnehmung-Emotion-Handlung). Für James stellt sich die gleiche Situation aus der Sicht des Bewusstseins etwas anders dar: jemand erblickt einen Bären, läuft davon, bringt sich in Sicherheit, bemerkt daraufhin, dass er davon gelaufen ist, und wird sich der Tatsache bewusst, dass er Angst hatte (Wahrnehmung-Handlung-Emotion).

Das psychologische Interesse von James konzentrierte sich weitgehend auf die Frage nach der Natur des Bewusstseins. Er betrachtete es als kontinuierlich fließenden Strom, der sich durch jeweils individuelle Eigen-

schaften auszeichnet. Sein Ansatzpunkt für alle psychologischen Überlegungen ist die Erfahrung, die sich im Bewusstseinsstrom (*stream of consciousness* bzw. *stream of thought*) materialisiert oder ausdrückt. Der Bewusstseinsstrom umfasst sowohl die Erfahrung im phänomenologischen Sinne, also die äußere physikalische Realität, als auch deren Deutung und Integration. In *Principles of Psychology* nannte er diese seelische Eigenschaft „I“ („Ich“), im Unterschied zum „Me“, dem „Selbst“.

Den wichtigsten Beitrag, den James im Bereich der Psychologie geleistet hat, ist seine Theorie des Selbst, in der viele heutige Arbeiten über das Selbst-Konzept ihre Wurzeln haben. Nach James umfasst das menschliche Selbst drei Aspekte: das materielle Selbst, das soziale Selbst und das geistige Selbst. Zum materiellen Selbst gehören der Körper, die Kleider, die Wohnung, das Eigentum. Das soziale Selbst sind die Rollen, die wir in Gemeinschaft und Gesellschaft spielen. Sie haben mit unserem Selbstwert zu tun; Störungen oder Modifikationen können eine mehr oder weniger heftige emotionale Reaktion nach sich ziehen. Das geistige Selbst bezeichnet das intellektuelle Leistungsvermögen, die Sensibilität, den Willen und weitere geistige Fähigkeiten. Das empirische Selbst integriert alle drei genannten Einzel-Selbste, was befriedigende soziale Anpassung, Selbstakzeptanz und seelische Gesundheit bedeutet. Wo die Widersprüche zwischen Selbst und Umwelt und zwischen den Selbsten größeres Ausmaß erreichen, wird es wahrscheinlich zu Problemen kommen.

James, der stark religiös war, veröffentlichte noch ein weiteres wichtiges Buch: *The varieties of religious experience* (1902, dt. *Die Vielfalt religiöser Erfahrung*). Er beschrieb darin die vielfältigen und unterschiedlichen Zugänge zur Religion. Dieses Buch wurde wichtig für die Bewegung der Anonymen Alkoholiker (AA), die dem Alkoholsüchtigen



nahelegen anzuerkennen, dass es eine größere Macht gibt als ihr eigener Wille, und sie sich dieser Tatsache stellen sollten.

James bereitete die Bühne für den Auftritt einer wenig spekulativen, vielmehr rationalistischen, pragmatischen und positivistischen Psychologie. Der Begriff des Selbst ist zu einem wichtigen Forschungsthema geworden. Einige seiner Annahmen sind inzwischen überholt. James glaubte zum Beispiel, dass jeder Emotion ein charakteristisches physiologisches Reaktionsmuster zugrunde liegt. Heute weiß man, dass es eine solche direkte Zuordnung nicht gibt; bestimmten Gefühlszustände rufen keine eindeutige physiologische Reaktion im Gehirn hervor. James bildete keine Schule und verpflichtete seine Schüler nicht auf seinen Standpunkt. Er gilt in den USA als sowohl der größte amerikanische Psychologe als auch als der größte amerikanische Philosoph, vielleicht weil er religiös dachte und um 1900 einige Bücher über religiöses Empfinden schrieb, die sehr gut aufgenommen wurden.

### Pierre Janet

Noch eines Mannes ist zu gedenken, der für die Tiefenpsychologie von Bedeutung ist, der bei Charcot begann, aber in die Neuzeit hineinreicht: Pierre Janet. Er ist der Begründer der modernen dynamischen Psychiatrie. In seinen therapeutischen Ansätzen kann er als Wegbereiter der modernen Psychotherapie betrachtet werden. Janet hatte einen unabhängigen Geist. Von 1882 bis 1889 lehrte er als Philosophieprofessor in Châteauroux und Le Havre. In seiner Freizeit arbeitete er als Freiwilliger im Krankenhaus von Le Havre und unternahm auf eigene Faust psychiatrische Forschungsarbeiten. Diese Untersuchungen bildeten die Grundlage für Janets philosophische Doktorarbeit *L'Automatisme Psychologique*, in welcher er zwischen Unterbewusstsein und Bewusstsein unterschied. 1889 bis 1893 studierte er Medizin und er arbeitete auf Charcots Stationen am Hôpital de la Salpêtrière, wo er auch seine

klinischen Forschungen wieder aufnahm. In der medizinischen Doktorarbeit legte er seine Theorie der Hysterie dar. 1904 gründete er zusammen mit Georges Dumas das *Journal de psychologie normale et pathologique*.

Auf einem Internationalen Kongress für Medizin 1913 in London beanspruchte Janet die Erstentdeckung der kathartischen Heilung von Neurosen. Er kritisierte Freuds Traumdeutung und dessen Theorie vom sexuellen Ursprung der Neurose. Carl Gustav Jung, damals Kronprinz Freuds, griff Janet deswegen an, distanzierte sich aber auch von Freuds fixer Idee der sexuellen Ätiologie der Neurosen. Aus dem Streit Janet-Freud ging nach Meinung von Zeitgenossen Janet als Verlierer hervor, obwohl Janets Theorien über Hysterie als rationaler gelten als die Freuds. Was die Dissoziationen angeht, so beharrte Janet auf einer körperlichen Prädisposition in der Entstehung; hinzu komme irgendeine Form von emotionalem Trauma. Depressionen führte er auf eine Einengung des bewussten Gesichts- oder Aufmerksamkeitsfeldes zurück.

Sein Buch *Les Médications Psychologiques*, eine systematische Abhandlung über Psychotherapie, wurde 1919 veröffentlicht. Ab 1925 entwickelte Janet sein neues System der *Psychologie des Verhaltens (Psychologie des Conduites)* weiter, eine experimentelle Synthese der (wie wir heute sagen würden) kognitiven Psychologie (Wahrnehmung, Motorik, Denken, Aufmerksamkeit, Gedächtnis), der Sozialpsychologie und der dynamischen Psychologie. Er erarbeitete eine Theorie der Emotionen, deren Stärke und Richtung er in Abhängigkeit sah zur Wachheit oder Müdigkeit einer Person, also ihrer Fähigkeit zu reagieren und zu antworten. Gefühle seien abhängig von Situationen: Trauer auf einer Beerdigung oder Fröhlichkeit auf einer Party. Solche Eindrücke prägen den Moment. Ebenso hängen Gedanken und Gefühle davon ab, welche Aktionen das Individuum plant, es gibt Beziehungen zwischen

Denken und Handeln. Ebenso hängt der Wille stark von den Gegebenheiten ab („Wenn ich reich wäre ...“). 1926 veröffentlichte er sein Hauptwerk *De l'angoisse à l'Extase* (Von der Agonie zur Ekstase), eine Geschichte des Falles „Madeleine“, die an mystischen Wahnvorstellungen litt und die er 20 Jahre lang behandelt hatte.

Janet steht an der Schwelle zur modernen Tiefenpsychologie u.a. wegen seiner evidenzbasierten kognitiv-behavioralen Psychotherapie. Er entdeckte bei den Hysterikerinnen „unterbewusste fixe Ideen“ und ihre krankmachende Funktion. Ihre Ursache sei gewöhnlich ein traumatisches oder erschreckendes Ereignis, welches unterbewusst geworden und durch Symptome ersetzt worden war. Er fand Zwischenstufen unbewusster Gedanken zwischen klarem Bewusstsein und der konstitutionellen Mitgift der Patienten. Unterbewusste fixe Ideen sind nach Janet zugleich Ursache und Folge von Geistesschwäche. Dadurch entstehe ein pathologischer Teufelskreis. Zur Reduktion von Widerständen gegen die Aufdeckung fixer Ideen wurden neben der Hypnose auch das „automatische Schreiben“ bzw. das „automatische Sprechen“ verwendet. Unterbewusste fixe Ideen seien ein charakteristisches Merkmal der Hysterie, im Gegensatz dazu seien sie bei der Zwangsneurose bewusst. Die Therapie zielte auf die unterbewussten fixen Ideen, wobei ein bloßes Bewusstmachen zur Heilung nicht ausreichte (was später Alfred Adler partout nicht einsehen wollte). Stattdessen müsse man die fixe Idee durch Auflösung oder Umwandlung zerstören. Sehr wichtig war für Janet der „Rapport“ im therapeutischen Prozess, die Übertragung und Gegenübertragung.

Er trieb die Forschung zur Therapie von dissoziativen und posttraumatischen Störungen voran, wie auch zu Zwangskrankheiten und Depressionen. Die Einteilung der dissoziativen Störungen in den heute gebräuchlichen

klinischen Krankheits-Handbüchern geht auch auf Janets Arbeiten zurück.

Ins Deutsche wurde zu Janets Lebzeiten nur ein Buch übersetzt, *Der Geisteszustand der Hysterischen 1892*, so dass er im deutschsprachigen Raum relativ unbekannt blieb. Hierin führte er anhand zahlreicher psychologischer Fallstudien eine Analyse der für die Hysterie maßgeblichen psychischen Störungen, nämlich Anästhesien, Amnesien, Abulien (Verminderung der Willenskraft), Bewegungsstörungen und Charakterveränderungen durch. Als Ursache der Anästhesien und Amnesien fand er eine gewisse Zerstretheit, die ihrem Wesen nach eine Einengung des Bewusstseinsfeldes sei. Die Abulien würden das eigenständige freie Handeln und Denken blockieren und somit das Hereinstürmen automatisierter und triebhafter Vorgänge begünstigen. Dies wiederum führe zu einem Verlust der Ich-Souveränität.

Janet – ein Zeitgenosse Freuds – blieb auf Distanz zur Psychoanalyse. Obwohl er seine Erkenntnisse vor Freud fand und einst berühmter war als dieser, verschwand er zusehends im Schatten Freuds.

## Entwicklung nach Freud

Bislang konnte die Geschichte der Tiefenpsychologie relativ gradlinig erzählt werden. Die Schwierigkeiten setzen ein zu dem Zeitpunkt, an welchem versucht wurde, Sigmund vom Thron des unangefochtenen Führers zu stoßen. Von da an ist die Entwicklung der Tiefenpsychologie sowohl eine der explosionsartigen Verbreitung und zugleich – je nach Blickwinkel – eines kleinlichen oder eines notwendigen Gegeneinanders sich ausdifferenzierender Richtungen. Selbst ausgewiesene Kenner haben Mühe, den Überblick zu behalten. Eine der großen Entwicklungslinien ist die Herausbildung der Neo-Psychoanalyse bzw. dem Neo-Freudianismus mit ihren modifizierten Therapieformen, die in scharfer Konkurrenz zur klassischen Psychoanalyse

steht. Während sich die psychodynamischen Psychotherapien sehr erfreulich entwickelten, ist der Gang der Geschichte für die Psychoanalyse tragisch zu nennen. Allzu lange behaupteten sich in der Debatte diejenigen Analytiker, die einer scharfen Trennung zwischen Psychoanalyse und psychodynamischen Behandlungsverfahren das Wort redeten, gegenüber jenen, die die gemeinsamen Wurzeln betonten. Letztlich führten Arroganz und Starrheit zum Niedergang der Psychoanalyse in den USA und zu einer Marginalisierung in Europa. Die hochfrequente Langzeitpsychoanalyse kann nicht mehr als Basisverfahren verstanden werden, aus der sich die anderen Behandlungsmethoden entwickelt hätten.

Die krisenhafte Entwicklung der Psychoanalyse begann noch nicht mit der Ausgrenzung Alfred Adlers 1911 und mit der Trennung von Carl Gustav Jung 1913. Das Selbstverständnis der Psychoanalyse wurde – bei aller Anfeindung von außen – erstmals von innen her erschüttert 1924 mit dem Buch von Sándor Ferenczi und Otto Rank *Entwicklungsziele der Psychoanalyse*. Ferenczi und Rank kritisierten die starke Intellektualisierung bei der Rekonstruktion von Erinnerungslücken und beklagten einen weitgehend wirkungslosen »Deutungsfanatismus«. Sie hielten das für wichtiger, was später von Alexander und French die »korrigierende emotionale Erfahrung« genannt wurde. Die Position von Ferenczi und Rank wurde von der Mehrheit der Psychoanalytiker noch einhellig verurteilt, dennoch war damit zum ersten Mal die von Freud zwischen 1911 und 1915 kodifizierten Behandlungstechnik schwer infrage gestellt worden. Eine ähnliche fundamentale Erschütterung erfolgte 1946 durch das Buch *Psychoanalytic Therapy* von Franz Alexander und Thomas French. Sie vertraten die These, dass in jeder Behandlung – sei sie klassisch oder abgewandelt – die gleichen psychodynamischen Prinzipien zur Anwendung kämen. Darauf reagierte 1953 Kurt Eissler mit einer fundamentalistischen Festlegung der Psychoanalyse auf eine »normative Ideal-

technik«. Franz Alexander legte 1957 mit dem Buch *Psychotherapy and Psychoanalysis* noch einmal nach, indem er die Vorzüge der abgewandelten Behandlungsverfahren gegenüber der Psychoanalyse hervorhob, die in ihrem therapeutischen Wert begrenzt sei. Damit waren Psychoanalyse und abgewandelte Verfahren auf lange Zeit erst einmal verfeindete Brüder.

Die Vielsprachigkeit der Psychoanalyse artikuliert sich in diversen psychodynamischen Schulen, wozu die Ich-Psychologie, die kleinianische und die neokleinianische Richtungen sowie unterschiedliche Varianten der britischen und amerikanischen Objektbeziehungstheorien zu zählen sind, weiterhin die Selbstpsychologie, existenziale und personalistische Ansätze, die an der Säuglings- und Kleinkindbeobachtung orientierte Forschung, die verrückte französische Lacan-Schule, die feministische Psychoanalyse, die systemischen Ansätze und einiges mehr. Der überbordende Pluralismus hat mehrere Gründe, die beiden ersten liegen in der frühen Psychoanalyse selbst. Freud als integrierende Figur beharrte auf einen Kanon von »Wahrheiten«, welche den Kernbestand der Psychoanalyse darstellte: die Akzeptanz der Bedeutung des Unbewussten, die Gültigkeit der Triebtheorie, die sexuelle Ätiologie aller Neurosen und die Anerkennung des Ödipuskomplexes. Diese Festlegung zwang jeden mit abweichenden Meinungen zum Austritt aus dem Orden. Zweitens ließen sich Freuds Allaussagen über die Entwicklung des Menschen in Zeiten eines zunehmenden Werte- und Erkenntnisrelativismus schlechterdings nicht halten. Drittens hatte sich die Psychoanalyse mit neuen Erkenntnissen aus anderen Wissenschaftsdisziplinen auseinander zu setzen, die sich oftmals als nicht kompatibel mit den frühen Grundsätzen erwiesen. Und schließlich war es ein eminenter Fehler, die Psychoanalyse als Teilbereich der Psychiatrie etablieren zu wollen. Zu viele andere Strömungen reklamieren für sich ebenfalls Heilungserfolge. Und auch Freuds Kulturtheorie, die unabhängig von der Therapie der Psy-

choanalyse besteht, erlebte eine grundlegende Kritik.

## Ich-Psychologie

Freud selbst bahnte die Ich-Psychologie mit an. Das Ich habe drei gestrengen Herren zu dienen, dem Über-Ich, dem Es und der Gesellschaft. Später entdeckte Freud die synthetisierende Funktion des Ich, welches ja in der Therapie gestärkt werden sollte. Das Ich also wurde aufgewertet. Wesentlich trug dazu Freuds Tochter Anna mit ihrem Büchlein *Das Ich und die Abwehrmechanismen* (1936) bei. Heinz Hartmann stellte 1939 in einem Aufsatz in der *Internationalen Zeitschrift für Psychoanalyse* die gesunde Anpassungsfunktion des Ichs in den Vordergrund. Hartmann war der führende Kopf jener Gruppe von europäischer Migrantinnen, die vor dem Nationalsozialismus in die USA flohen. Zu ihnen gehörten Ernst Kris, Rudolph Loewenstein, Edith Jacobson, Kurt und Ruth Eissler, Annie Reich, Margaret Mahler, René Spitz und Otto Fenichel. Fast alle ließen sich zunächst in New York nieder, wo sie am dortigen *Psychoanalytic Institute* arbeiteten. Sie sahen das Ich als aktiver, eigendynamischer, lösungsfähiger und autonomer an als bisher. Diese Einsicht bedingte eine verstärkte Betonung kognitiver Fähigkeiten wie Erinnern, Urteilen, Denken, Sprechen und Schlussfolgern. Das Konfliktfreie und Normale wurden hochgeschätzt, zugleich ein erblich konstitutioneller Ich-Kern angenommen. Zeitgleich arbeitete namentlich Kurt Eissler strenge Maßstäbe für die Arbeit als Psychoanalytiker aus. Jede Abweichung von einer abstinenten, distanzierenden und deutenden Haltung dem Analysanden gegenüber wurde missbilligt. Heute nennt man das eine »Ein-Personen-Psychologie«; der Analytiker als Mensch existierte scheinbar gar nicht.

Die strenge Zurückhaltung ließ sich nicht durchhalten; die amerikanischen Psychiater waren viel zu pragmatisch, als sich künstliche Zurückhaltung aufzuerlegen. Die Patienten in

den Kliniken wiesen wesentlich schwerwiegendere Symptome auf als die Neurotiker in den privaten Praxen; sie verlangten einen ganz anderen Umgang. Eine Modifikation der analytischen Therapie wurde auch aus diesem Grunde zwingend. Und schon wurde die Ich-Psychologie von mindestens zwei Seiten kritisiert. Die eine Richtung, geschult an der aufmüpfigen Studentenbewegung von Mitte der 1960er Jahre, warf den Ich-Psychologen anpasslerische Tendenzen vor. Es dürfe nicht sein, dass das Ich an eine, wie man meinte, unerträgliche, kapitalistische, unterdrückende Gesellschaft angepasst werde. Der andere kritische Stoß wurde von Jacques Lacan geführt. Er bewies, dass das Ich strukturell unfähig sei, sein Selbst zu erkennen. Das reflexive Ich verkenne sein wahres Ich grundsätzlich und notwendig, es sei immer bezüglich sich selbst verblendet. Das Ich und seine kognitiven Funktionen könnten damit kein Gradmesser der Erkenntnis sein. Trotzdem blieb der ich-psychologische Ansatz in den USA bis in die 1960er Jahre hinein bestimmend.

Ein Blick auf Englands psychoanalytische Szene ist unabdingbar. Zentrale Figur ist hier Ernest Jones, Freuds erster Biograph. 1913 gründete er die *London Psychoanalytical Society*, der namhafte Analytiker wie Edward Glover, James Glover, Sylvia Payne, James Strachey, Joan Riviere und Susan Isaacs angehörten. Sie luden 1925 die Wienerin Melanie Klein zu Vorträgen ein. Ein Jahr später ließ sie sich in London nieder, wo sie bis zu ihrem Tode 1960 lebte. Die Kinderanalytikerin Klein baute ihre Lehre kategorisch und dogmatisch, fast schon sektiererisch aus. Zwischen 1941 und 1945 teilte sich die englische Gruppe in drei Subgruppen, die sich voneinander abschirmten. Die erste bestand aus den Anhängern von Melanie Klein, im Zentrum der zweiten stand Anna Freud, die dritte stand irgendwo dazwischen. Ihr gehörten unter anderem William Fairbairn, Sylvia Payne, Michael Balint, Harry Guntrip, Donald

Winnicott und John Bowlby an. Die verwickelte Geschichte drehte sich hauptsächlich um die Frage, ob Melanie Klein noch eine Freudianerin sei oder nicht. Klein selbst begriff sich als adäquate Erbin der Freud'schen Theorie. Alle Seiten bombardierten sich mit ausufernden Quellenbelegen aus dem Freud'schen Werk.

### Melanie Klein

Außenstehenden ist kaum zu vermitteln, um was es ging. Zunächst einmal ist Kleins bahnbrechende Leistung bei der Erforschung der kleinkindlichen psychischen Entwicklung anzuerkennen. Aber das Problem bestand sowohl in den beschriebenen Beobachtungen als auch im dogmatischen Vertreten der Positionen, wobei es darauf ankam, im Lichtstrahl Freuds zu verbleiben. Die Identifikation war enorm und verhinderte eine freie wissenschaftliche Entfaltung. Klein beobachtete die Mutter-Kind-Bindung, auf die Freud noch wenig Wert gelegt hatte, und meinte vorgeburtliche Kerne des späteren Ödipuskomplexes entdeckt zu haben. Die psychische Organisation des Kleinkindes zeige sich präverbal; sie wurde von den Kleinianern durchgängig in pathologischen Termini beschrieben. Die paranoid-schizoide »Position« des Kleinkindes beispielsweise werde begleitet von typischen Abwehrmechanismen wie Spaltung und projektive Identifizierung. Melanie Klein und Anna Freud stritten sich darüber, ab welchem Alter überhaupt eine therapeutische »Analyse« kleiner Kinder möglich sei. Durchleben Kleinkinder ein Stadium des autoerotischen Autismus oder nehmen sie schon früh »Objektbeziehungen« auf? Ist Aggression angeboren und ist diese kleinkindliche Aggression Manifestation des Todestriebes? Ist Saugen »oraler Sadismus«? Klein trug entscheidend dazu bei, die Umwelt noch konsequenter aus der Analyse eines Individuums herauszuhalten; für sie war der Konflikt zwischen Libido und Destruktion konstitutiv (und nicht der zwischen Trieben und Umwelt). Für die Kleinianer entfaltete sich das gesamte Leben eines Menschen

aus den ersten Lebensmonaten, was notwendig Widerspruch hervorrief. Ihnen wurde vorgeworfen, unabhängig von der jeweiligen Störung alle Patienten gleich zu behandeln. Voreilige Tiefendeutungen könnten die Patienten intellektuell indoktrinieren. Zuletzt spitze sich alles auf den Stellenwert der äußeren Realität zu, deren Vernachlässigung von fast allen Analytikern als problematisch angesehen wurde. Der Klein'sche Dogmatismus bewirkte, wenn auch unbeabsichtigt, dass sich ihre Kritiker verstärkt den Objektbeziehungen, also den realen Beziehungen eines Kindes zu den Eltern, zuwandten.

Die Klein'sche Schule wurde inzwischen vielfältig revidiert; von einer einheitlichen Theorie kann auch hier nicht mehr gesprochen werden. Die Triebtheorie trat in den Hintergrund, der Todestrieb wurde seiner philosophischen Implikationen entkleidet und spielt stattdessen eine konkrete Rolle in den Symptomen der Wut und der Destruktivität. Die detaillierte Rekonstruktion der Kindheit erwies sich als unpraktikabel; Erinnerungen des Analysanden an seine Vergangenheit werden im Lichte der Hier-und-Jetzt-Beziehung zum Therapeuten (Übertragung) betrachtet und damit in ein neues Korsett gezwängt. Man kann das alles nur verstehen, wenn man Freud sehr gut kennt. Jedenfalls näherten sich die Kleinianer unmerklich der Objektbeziehungstheorie an.

### Objektbeziehungstheorie

Dutzende von vor allem britischen Objektbeziehungstheoretikern wären zu nennen, doch die meisten sind im deutschsprachigen Raum weitgehend unbekannt – vielleicht mit Ausnahme von William R. D. Fairbairn und Donald W. Winnicott. Die Objektbeziehungstheorie ist kurz gesagt eine sozialpsychologische Theorie, eine Theorie menschlicher Beziehungen. Die Losung der Objektbeziehungstheorie gab Fairbairn aus, als er erklärte, das Ich suche nicht Triebbefriedigung, sondern das Objekt (den Mitmenschen) und die Beziehung zu ihm. Die Diskrepanz zu

Freud und der klassischen Psychoanalyse könnte nicht größer sein, wenn es heißt, der Mensch könne nicht über Triebe definiert werden, sondern allein über die Qualität seiner sozialen Beziehungen. Das Bedürfnis des Kleinkindes nach einer beschützenden Person sei das entscheidende Motiv. (Dieser Gedanke wurde insbesondere von John Bowlby und den Bindungstheoretikern aufgegriffen und vertieft.) Für die Objektbeziehungstheoretiker wurde der Ödipuskonflikt sekundär; davor lägen noch die sehr frühen Konflikte um Autonomie und Abhängigkeit, Bindung und Selbstbehauptung. Damit rückt zugleich die Verantwortlichkeit der Eltern für die psychische Entwicklung des Kleinkindes in den Vordergrund. Dieser Aspekt erforderte seinerseits eine veränderte Haltung des Therapeuten. Die Matrix von Übertragung und Gegenübertragung in der Therapie wird in Beziehung gesetzt zu den frühen und sehr frühen, positiven wie widrigen Lebenserfahrungen des Klienten. Die Gegenübertragung, die Gefühle des Therapeuten dem Patienten gegenüber, wird damit zu einem allgegenwärtigen Erkenntnisinstrument. Die *reale* Beziehung zwischen Klient und Therapeut wird zu einem zentralen Therapie-Faktor.

Mit Fairbairn und Winnicott konnte der komplexe Prozess der Selbstwerdung und der Ich-Entwicklung subtiler als bisher beschrieben werden. Fairbairn schrieb 1963, »das Ich ist von Geburt an gegenwärtig. Libido ist eine Funktion des Ich. Es gibt keinen Todestrieb. Aggression ist eine Reaktion auf Frustration und Deprivation«. Grundprobleme der menschlichen Existenz wie Liebesfähigkeit oder Selbstwertgefühl lassen sich im Lichte substanzieller frühkindlicher Erfahrungen verstehen. Die erogenen Zonen, auf die Freud so viel Wert legte, verlieren ihre zentrale Bedeutung und haben nur noch Funktionen in der Suche nach dem befriedigenden Objekt. Der kleine Mensch suche nicht Lust, sondern Bindung. Eine Einigung

mit Melanie Klein und mit der Freud'schen Triebtheorie war nicht mehr zu erzielen.

Winnicott, 40 Jahre tätig an zwei britischen Kinderkrankenhäusern, fokussierte noch stärker auf die emotionale Kind-Mutter-Interaktion. Von ihm stammt der inzwischen geflügelte Satz, »so etwas wie den Säugling gibt es gar nicht«, womit er meinte, dass Mutter, mütterliche Fürsorge und Säugling eine Einheit bilden. Mit seiner Erforschung der Bedeutung des »Übergangsobjekts« für Kleinkinder leistete er Wesentliches zum Verständnis des komplexen Übergangs zwischen innerer und äußerer Realität. Mit dem Übergangsobjekt zwischen Mutterbrust und Mutter (als ganzer, eigenständiger Person) lerne das Kleinkind in kreativer Weise die innere Wirklichkeit von der Welt des Nicht-Ich zu unterscheiden. Damit würden Vorarbeiten geleistet zur späteren Bewältigung von (philosophischen) Fragen wie die nach der Evidenz der äußeren Realität, nach Interpretationen, dem Perspektivismus, nach wahr und falsch. Winnicott verquickte fundamentale Erfahrungen der Säuglingszeit mit kulturellen Befähigungen des Menschen.

Viele waren mit Freuds Ideen aufgewachsen, nach dessen Tod aber eigene gedankliche Wege gegangen. Zu ihnen gehören die so genannten Kulturalisten, die als eine Untergruppe der »Neo-Psychoanalyse« (siehe das entsprechende Kapitel in diesem Buch) angesehen werden kann. Zu ihnen zählen Erich Fromm, Karen Horney und Harry S. Sullivan. Sie arbeiteten am William Alanson White Institute in New York. Auch sie verbindet die Kritik an Freud. Er habe den Einfluss der Mitmenschen auf das Individuum unterschätzt und er sei zu deterministisch gewesen, was den Einfluss der frühen Kindheit auf das spätere Leben angeht. Die Triebtheorie schien ihnen schlecht begründet und die distanzierte Haltung des Therapeuten lehnten sie ab. Die Tiefenpsychologie müsse sich von der Biologie auf die soziale Ebene, von der Vergangenheit auf die Gegenwart verle-

gen. Der Mensch habe verborgene Ressourcen, die es zu entwickeln gelte. Die Gesellschaft und ihre Einflüsse müssten stärker analysiert werden. Die Kulturalisten scheuten sich auch nicht, wertend wünschenswerte und pathogene Entwicklungsrichtungen anzugeben. Sie ignorierten die Freud'sche Libidoentwicklung, die Bedeutung der frühkindlichen Sexualität und den Todestrieb. Den Kulturalisten wurde Revisionismus vorgeworfen, unter anderem von Herbert Marcuse. Die Revisionisten hätten das subversive Vermächtnis von Freud übersehen, würden Freuds Kulturkritik verraten und seien biedere Moralisten. Unter der Hand würden die Kulturalisten zu Konformismus und Anpassung an »die Gesellschaft« erziehen. Marcuse gewann starken Einfluss im Zuge der gesellschafts- und kapitalismuskritischen Studentenbewegung, doch seine Kritik hatte wegen starker Übertreibungen und falschen Vorwürfen keinen Bestand.

### Narzissmustheorie und Selbstpsychologie

Neben der orthodoxen Psychoanalyse, der Ich-Psychologie, der Objektbeziehungstheorie und der Kulturalisten ist die Selbstpsychologie als fünfte große Hauptströmung zu würdigen. Breitere Beachtung fand in diesem Zusammenhang Heinz Kohut durch seine in den 1960er Jahren begonnenen Beschäftigung mit dem Narzissmus und die narzisstische Persönlichkeitsstörung. Wieder haben wir es nicht nur mit einem psychiatrischen Krankheitsbild, sondern darüber hinaus mit einem gesellschaftlichen Phänomen zu tun. 1982 veröffentlichte Christopher Lasch eine Kritik der modernen amerikanischen Gesellschaft mit dem Titel *Das Zeitalter des Narzissmus*. Habe der frühe Kapitalismus mit seiner puritanischen Arbeitsmoral fast zwangsläufig Hysterien und Zwangsneurosen hervorgebracht, würden mit den neuen materiellen und sexuellen Freiheiten in zunehmendem Maße narzisstische Störungen entstehen. Allerdings galt seit Freud, dass

Narzissen in ihrer Selbstbezogenheit und ihren Allmachtsfantasien therapeutisch nicht erreichbar seien. Dem widersprach Kohut. Man müsse freilich die Vorgehensweise verändern.

Er unterscheidet zwischen gesundem Narzissmus und pathologischem Narzissmus. Gesunder Narzissmus wären Selbststärke, Vitalität und Kompetenz. Pathologischer Narzissmus ist eine vorgetäuschte Grandiosität, mehr Schein als Sein. Zunächst wächst der Narzissmus mit der Liebe der Mutter. Der Ödipuskomplex erscheint bei Kohut als *Folge* einer pathologischen kindlichen Entwicklung, was bedeutet, die Rollenverteilung zwischen Kind und Eltern neu zu definieren – mit einer Würdigung der elterlichen Leistung. Erst wenn der primäre Narzissmus nicht befriedigt wird, weil das Kind nicht ausreichend bestätigt und anerkannt wird, fehlkompensiert es in Richtung eines grandiosen Selbstbildes mit der Funktion der Angstabwehr. Narzissmus ist allerdings nicht die einzige Fehlkomensation; sehr viele andere Störungen können ebenso das Resultat unempathischer Eltern sein. Die neuen Gesichtspunkte der Entwicklung des Selbst zogen Behandlungsmodifikationen nach sich. Da die zentrale Schädigung des Selbst vor dem Spracherwerb läge, sei mit einer intellektuellen, deutenden Haltung wenig gewonnen. Kohut kam – wie so viele Neo-Freudianer – zu dem Ergebnis, dass die gute therapeutische Beziehung wichtiger sei als die Art der therapeutischen Intervention. Vom Analytiker werde Empathie gefordert, damit sich der Patient nicht wieder in sein narzisstisches Schneckenhaus zurückziehe. Der Therapeut sollte die mangelnde Einfühlung nachholen, ehe er in einer späteren Phase zu kontrollierten Frustrationen und Deutungen übergeht. Kohuts empathisches therapeutisches Vorgehen stieß bei Otto Kernberg, Johannes Cremerius und Wolfgang Mertens auf Ablehnung. Sie argumentieren im Wesentlichen theoretisch und gehen nicht auf die Vorteile einer einführenden Therapieführung (im Gegensatz zur kalther-

zigen Analyse) ein. Die Wogen haben sich inzwischen geglättet und die Selbstpsychologie hat sich einen festen Platz in der Tiefenpsychologie erobert.

## Säuglingsforschung

Die Säuglingsforschung als sechste Forschungsrichtung hat seit den 1970er Jahren die klassische psychoanalytische Entwicklungspsychologie stark verändert oder besser gesagt über den Haufen geworfen. Freuds Lehre der phasenhaften Triebentwicklung mit der Krönung durch den Ödipuskomplex kann nicht mehr beibehalten werden. Die Säuglingsforschung hatte wesentlichen Anteil daran, den Blick von der Triebentwicklung hin zu den Beziehungen, zur Entwicklung des Ich und des Selbst und zu Fragen der Identität zu richten. Mit Daniel N. Stern begann der eigentliche Durchbruch zur modernen Säuglingsforschung. Sie belegt, dass der Säugling schon von Anfang an eine gewisse Fähigkeit hat, zwischen sich und dem Anderen (dem Objekt) zu unterscheiden. Danach besteht die erste Entwicklungsaufgabe in der Bindung an die Bezugsperson und nicht in der Ablösung von ihr. 1985 veröffentlichte Stern sein entwicklungspsychologisches Buch *Die Lebenserfahrung des Säuglings*. 1993 folgte von Manfred Dornes *Der kompetente Säugling*: Dieser ist weder ein Autist noch ein von Trieben beherrschtes Wesen. Er ist von vornherein mit sozialen Bedürfnissen und basalen Fähigkeiten begabt und besitzt Urformen sozialer Kompetenz. Er ist ein aktiver Mitgestalter in seinen Beziehungen. Dazu stehen ihm nicht nur die sieben Primäraffekte (Interesse, Überraschung, Freude, Ekel, Ärger, Traurigkeit, Furcht) zur Verfügung, sondern auch mimische, gestische und stimmliche Signale. Er kann seine Befindlichkeit differenziert über ein erstaunliches Repertoire von sozialen Verhaltensweisen mitteilen und dadurch Reaktionen hervorrufen. Zwischen Mutter

und Säugling entwickelt sich in der Regel eine fein abgestimmte Beziehungsregulation.

Die Untersuchungen von John Bowlby und Mary Ainsworth mussten von der Psychoanalyse lange ignoriert werden. Ihre Beobachtung von Säuglingen und Kleinkindern lässt sie ein biologisch fundiertes Bindungssystem annehmen. Es veranlasst den Säugling, die Nähe seiner Bezugspersonen zu suchen und durch ein Repertoire von angeborenen Verhaltensweisen (wie Lächeln, Weinen, Anklammerung) Nähe und ein Gefühl von Sicherheit herzustellen. Die Feinfühligkeit der bemutternden Personen entscheidet über die sich entwickelnde Beziehungsfähigkeit des Kindes. Ainsworth (1978) unterschied das sichere, unsicher-vermeidende und unsicher-ambivalente Bindungsverhalten. Martin Dornes (*Die emotionale Welt des Kindes*, 2000) und Peter Fonagy (*Bindungstheorie und Psychoanalyse*, 2003) haben die Befunde der Säuglingsforschung übersichtlich referiert. Diese erbrachte echte anthropologische Erkenntnis, während Freuds Reduzierung des Säuglings auf dessen Schleimhäute ein untaugliches Modell war.

Die deutsche bzw. deutschsprachige Tiefenpsychologie nahm teilweise andere Wege. Sie öffnete sich nach dem Zweiten Weltkrieg philosophischen Themen und den Fragen des menschlichen Daseins, wie sie von Edmund Husserl, Max Scheler, Martin Buber, Helmuth Plessner oder Martin Heidegger aufgeworfen wurden. Mit am nächsten an der Philosophie befindet sich die Daseinsanalyse von Medard Boss, der sich von Heidegger inspirieren ließ (siehe Kapitel »Humanistische Psychologie«). Der Mensch sei mehr als nur sein Trieb; Freud habe das Ganze des Menschen nicht erkannt, welcher teilhabe an Vernunft, Sitte, Kunst und Religion.

Die Ich-Psychologie wurde ab den 1960er Jahren von Alexander Mitscherlich in Deutschland verbreitet, der dazu die Schriften von Heinz Hartmann heranzog. Zeitgleich



fasste die britische Objektbeziehungstheorie vor allem in Form der Überlegungen von Michael Balint Fuß. Die Selbstpsychologie Heinz Kohuts in Verbindung mit Otto Kernbergs Behandlungstechnik wurde in den 1970er Jahren diskutiert, während die Klein'sche Theorie erst in den 1980er Jahren etwas Gehör erfuhr. Bemerkenswert ist die deutsche Modifizierung der Psychoanalyse im Geiste der Gesellschaftskritik. Zu berücksichtigen wären dabei die Arbeiten von Alexander und Margarete Mitscherlich, Horst-Eberhard Richter, Jürgen Habermas, Alfred Lorenzer, Hermann Argelander und Josef Rattner. Jeder der Genannten hat eine ganz eigene Herangehensweise, so dass es kaum statthaft ist, sie in einem Atemzug zu nennen (zu Habermas siehe Kapitel »Hermeneutik«). Jürgen Cremerius oder Helmut Thomä führten die üblichen Diskussionen um abgewandelte Behandlungssettings oder die Rolle der Vergangenheit für die Gegenwart. Unvermeidlicher Weise wurde auch in Deutschland eine Konformismus-Debatte geführt. Seitdem Karl Marx den deutschen Idealismus angriff, wird über weltanschauliche Konzepte gestritten: Ist der Autor systemerhaltenden Werten verpflichtet oder wird mit Freud die prinzipielle Unangepasstheit des Individuums vertreten? Eine Besonderheit Deutschlands liegt auf einem anderen Feld, nämlich der heftigen Debatte über die Rolle deutscher Analytiker bei der Judenvertreibung und die Kollaboration der Gründerväter der Deutschen Psychoanalytischen Vereinigung mit dem NS-Regime. Die Zeitschrift *Psyche* zeigte sich dabei immer als verlässliches Medium der Diskussion.

### Kritik der Psychoanalyse

All dies sind erhebliche Revisionen der ursprünglichen Psychoanalyse, die bis zu deren Negierung reichen. Viele der genannten Autoren nehmen dennoch den Titel eines Psychoanalytikers für sich in Anspruch. Das ist berechtigt, insofern auch sie die Psyche analysieren. Es ist nicht berechtigt, weil sie sich stark von Freuds Konzepten entfernten

oder diese gänzlich über Bord warfen. Die klassische Psychoanalyse wurde zu einem Randphänomen. Verblüffend ist, dass Alfred Adler einen Großteil der in diesem Kapitel vorgestellten Modifikationen bereits praktizierte (wenn auch nicht auf so hohem Niveau begründet), er dennoch nirgends Würdigung erfährt.

Die Psychoanalyse hat sich aufgefächert und enorm weiterentwickelt, und dennoch wird sie anhaltend kritisiert. Die Kritik bezieht sich allerdings, sofern sie populär gehaltenen ist und nicht in internen Zirkeln verbreitet wird, auf Sigmund Freud und die klassische Psychoanalyse. Freuds Werk provozierte von Anfang an enorme Widerstände, Kontroversen und oppositionelle Auffassungen. Die Kritik kommt aus drei Ecken: Konservative zeigten sich besorgt über das pansexualistische und triebreduktionistische Weltbild der Psychoanalyse, welches geeignet sei, den Bestand kultureller und religiöser Ideale zu unterminieren. Diese Kritik spielt heute keine Rolle mehr. Zweitens hat die Psychoanalyse mit massiver Kritik von innen zu kämpfen. Viele herausragende Wissenschaftler, die ursprünglich mit Freud zusammenarbeiteten oder aus seiner Schule kamen, wandten sich mit neuen und im Widerspruch stehenden Konzepten ab. Die interne Kritik und Weiterentwicklung wurde in den obigen Absätzen kurz skizziert und findet sich an vielen weiteren Stellen in diesem Buch (z.B. im Kapitel »Neosychoanalyse«). Die dritte Gruppe wirft – von außen kommend – der Psychoanalyse vor, auf Spekulation zu gründen und eher der Weltanschauung als dem Bereich der Wissenschaft anzugehören (siehe Kapitel »Wie weit reicht unsere Erkenntnis?«). Organisatorisch empfinden viele die psychoanalytische Bewegung als eine kirchenähnliche Organisation mit einer Priesterkaste und einem Unfehlbarkeitsanspruch. Die Kritik an Freud und die frühe Psychoanalyse ist grundsätzlich, führt bis zu ihrer gänzlichen Negation und wird mit einer befremdlichen Härte geführt.

In vielen Büchern wurden und werden Freud namentlich seine gravierenden methodischen Fehler, seine wissenschaftliche Unredlichkeit, sein mangelnder Erfolg und seine Großmannssucht angekreidet. Er sei ein Blender und ein Scharlatan. Hier eine kleine Auswahl: Israels, Han (1999) *Der Fall Freud. Die Geburt der Psychoanalyse aus der Lüge*. Hamburg; Selg, Herbert (2002) *Sigmund Freud - Genie oder Scharlatan?* Stuttgart; Onfray, Michel (2011) *Anti-Freud: Die Psychoanalyse wird entzaubert*, München. Die Gegenreaktionen ließen nie lange auf sich warten: Köhler, Thomas (1989) *Abwege der Psychoanalyse-Kritik. Zur Unwissenschaftlichkeit der Anti-Freud-Literatur*, Frankfurt/M.; Roudinesco, Elisabeth Roudinesco (2011) *Doch warum so viel Hass?: Eine Erwiderung auf Michel Onfrays »Anti-Freud«*, Wien. Die Spirale von Angriff und Gegenangriff dreht sich beharrlich weiter. Man weiß nicht mehr, was man glauben soll.

Dennoch vermochte es die orthodoxe Psychoanalyse, Mitte der 1960er-Jahre als erste

psychologische Therapieform in den Leistungskatalog der deutschen Krankenkassen aufgenommen zu werden. Andere Therapierichtungen folgten und wurden im so genannten Delegationsverfahren (der Arzt delegierte die Behandlung an einen ausgebildeten und zertifizierten Psychologen) von einigen Kassen übernommen. 1999 trat das deutsche Psychotherapeutengesetz in Kraft, womit das Delegationsverfahren beendet wurde, weil nun die Versicherten neben der freien Arztwahl auch die freie Psychotherapeutenwahl erhielten. Das Gesetz regelt die Ausbildung zum Psychotherapeuten in drei Schulrichtungen: Psychoanalyse, tiefenpsychologisch orientierte Verfahren und Verhaltenstherapie. Deutschland ist damit das einzige Land der Welt, in welchem Krankenkassen die Kosten einer Psychotherapie bis zu einer vorgegebenen Anzahl von Stunden voll finanzieren.

## 5. Geschichte der Hysterie

---

Im vorigen Kapitel wurde die Geschichte der Tiefenpsychologie bzw. der „dynamischen Psychiatrie“ vor allem anhand von Personen und ihren Konzepten geschildert. Damit ist das Thema bei Weitem nicht erschöpft. Die Geschichte der Krankheiten, die Tiefenpsychologen (auch wenn sie nicht immer so genannt wurden) behandelten und behandeln, ist von einigen irritierenden Tatsachen geprägt: Die eine ist die geradezu überbordende Vielfalt von Symptomen, die teilweise aus dem Nichts auftauchten, als Modescheinung enorme Verbreitung fanden und oftmals ebenso rasch wieder verschwanden, wie sie gekommen waren. Jede Zeit hatte ihr eigenes Vokabular für das Irresein und ihre eigene, wechselnde Symptomatik. In der Vergangenheit waren es neben der Hysterie das „Nervenleiden“, die Hypochondrie, die Manie, die Neurasthenie, die Konversion oder das Erschöpfungssyndrom, neuerdings Burnout. Alle Begriffe waren und sind unpräzise und konnten nahezu jedes Symptom einschließen. Im Zuge der wellenartigen Bewegungen entstand zweitens eine unübersichtliche Menge von Therapieansätzen, deren Umfang in der Neuzeit eher noch zugenommen hat. Und ständig schwelte drittens ein nie wirklich entschiedener Streit über die Ursachen. Zwei Anschauungen standen sich dabei gegenüber: die biologisch-körperliche und die psychisch-soziale.

### **Biologie kontra Psyche**

Bis zur Mitte des 20. Jahrhunderts war es praktisch unmöglich, die Effekte der Neuronen und die der Psyche auseinander zu halten. Der Unterschied ist evident. Wenn Nervenleiden eine Erkrankung der Nerven sind, so sind sie der Kontrolle des Verstandes entzogen. Die Ursachenzuschreibung spaltete die Psychiatrie von Anfang an in eine neu-

rologisch-biologische und eine psychosoziale Richtung mit unterschiedlichen Erklärungsmodellen und Therapien. Die neurowissenschaftliche Variante bezeichnet der amerikanisch-kanadische Medizinhistoriker Edward Shorter in seinem Buch *Die Geschichte der Psychiatrie* (1999) als „biologische Psychiatrie“. Sie entwickelte sich weitgehend parallel und unabhängig vom psychosozialen Modell. Der psychosoziale Strang kennt viele Strömungen, vor allem die Psychoanalyse, die Tiefenpsychologie, die Sozialpsychiatrie und die Psychosomatik.

Beide Strömungen, die biologische und die psychische, können nicht gleichzeitig richtig sein, überlegt Autor Shorter. Entweder wird beispielsweise Depression durch ein biologisch erzeugtes und vielleicht durch Stress aktiviertes Ungleichgewicht von Neurotransmittern hervorgerufen, oder sie resultiert aus einem unbewussten psychodynamischen Prozess. Der Streit ist nicht nur akademisch; je nachdem, welche Richtung in Psychiatrie und Psychotherapie die Oberhand hat, wird in der Heilung unterschiedlich verfahren. Es geht um Deutungshoheit, Prestige und Einfluss.

Die einzelnen Richtungen und Schulen und ihre Vertreter führen teilweise immer noch diese Auseinandersetzung, aber es gibt seit den 60er Jahren Bestrebungen, die beiden Sichtweisen zu integrieren. Das geschieht in einer toleranten Psychosomatik, dem medizinisch-psychologischen Bindeglied zwischen Körpermedizin und Psychologie. Der Versuch, beide Seiten immer gleichzeitig zu denken, ist vielleicht am besten mit dem Begriff der „integrierten Psychosomatik“ gefasst, wie sie beispielsweise Gerhard Danzer vertritt. Nur wenigen Heilkundlern gelang es bislang, medizinisches und psychologisches Wissen in *einer* Person zu integrieren.

In den anderen Fällen kooperieren Mediziner und Psychologen einigermaßen gleichberechtigt und versuchen anhand der Diagnose eine individuell zugeschnittene Therapie zusammenzustellen. Im Grunde sind die biologische und die psychisch-soziale Perspektive gar nicht unvereinbar, und nur Dogmatiker beharren auf dem einen oder anderen Zugang. Oftmals spielen alle Einflussfaktoren eine mehr oder minder große Rolle: körperliche Vorerkrankungen, sozialer Stress, psychische Reaktion, körperliches Entgegenkommen (Vulnerabilität), funktionelle Einschränkungen, Angst, Missachtung vitaler Bedürfnisse und vieles mehr.

Das ist das Feld gleichermaßen der Medizin, der Psychosomatik und der Psychologie. Was Ursache, was Wirkung ist, lässt sich selbst heute nicht eindeutig beantworten. Man kann die These vertreten, es handelt sich um eine Abfolge: erst kommt die biologische Minderwertigkeit, dann der Stress, dann das reaktive Symptom. Die Biologie bleibt die Grundlage. Ohne diese, das heißt allein durch Stress (oder eine schlechte Beziehung zur Mutterbrust), wird niemand schizophren oder depressiv. Vielmehr genügen geringste chemische und physikalische Veränderungen im Gehirn, um eine seelische Störung auszulösen, vermutete schon Heinrich Laehr 1852. Die zweite Möglichkeit ist ein Parallelismus: Stress ist gegeben, hinzu kommt eine biologische Schwachheit, fertig ist das Symptom. Dritte Möglichkeit: Chronischer Stress schwächt die psychische wie biologische Abwehrkraft, der Körper wird anfälliger und reagiert mit körperlichen und/oder psychischen Symptomen. Rein psychische Erkrankungen sind selten; die meisten von ihnen haben zumindest auch eine körperliche Komponente in Form von Abgeschlagenheit oder Herzrasen.

Neben der fast schon industriell betriebenen somatischen Medizin nimmt sich die Psychosomatik heute immer noch bescheiden aus, und auch die Psychotherapie ist nur ein Ap-

pendix im Gesundheitssystem. Doch langsam werden die gegenseitigen Vorurteile abgebaut, und man kann sagen, dass der von Shorter vertretene, absolute Gegensatz von Bios und Psyche bei vielen Krankheitsbildern nicht mehr aufrechterhalten zu werden braucht.

Die Geschichte des Irreseins ist nicht leicht zu rekonstruieren, weil sich für alle Reaktionen auf diesen Personenkreis Quellenbelege finden lassen: für das brutale Wegschließen und Kasernieren ebenso wie für Versuche, die Irren mit ihren oftmals bizarren Symptomen zu verstehen und in die Gemeinschaft zu integrieren. Auch muss unterschieden werden zwischen der „harten“ akademischen Medizin in den Psychiatrischen Anstalten und den vielfältigen, oftmals spektakulären und unseriösen Behandlungen unklarer „geistiger“ Krankheiten außerhalb dieser Einrichtungen. Mit das Eindrücklichste im Dunkelfeld zwischen Wissenschaft und Okkultismus war der „tierische Magnetismus“ des Franz Anton Mesmer und – in jüngerer Zeit – die Orgon-Therapie Wilhelm Reichs.

Die frühere Literatur ist bruchstückhaft und in dem begrenzten Wissen der damaligen Zeit geschrieben; daraus zu rekonstruieren, an was die Menschen in der Psychiatrie wirklich litten, ist zeitaufwendig. Nervöse Unruhe, Überforderung, Unglücklichsein, Psychosen, Epilepsie, Demenz, Senilität, Neurosyphilis und Hirnhautentzündung konnten nicht unterschieden werden.

## Hysterie

Die frühesten Zeugnisse dessen, was später als hysterische Störung bezeichnet wurde, finden sich in einem altägyptischen Papyrus aus der Zeit um 1900 vor Chr. unter einem Kapitel über Erkrankungen des Uterus. Die Gebärmutter müsse mit Samen gefüttert werden, sonst spiele sie verrückt und fange an, hungrig im Körper herumzuwandern und andere Organe in Unordnung zu bringen.

Dieses pathogenetische Konzept wurde offenbar nie in Frage gestellt, vielmehr unverändert in die griechische Medizin übernommen. Man findet bei Hippokrates (460–377 v. Chr.) in seiner Abhandlung *Über die Erkrankungen der Frauen* beinahe identische Formulierungen wie in dem besagten Papyrus. Hippokrates führt für diese an Wanderungen der Gebärmutter gebundene Störungen erstmals den Begriff „Hysterie“ (von *hystera* = Gebärmutter) ein. Es ist auffällig, dass schon damals die Hysterie mit dem weiblichen Geschlecht und vor allem mit sexueller Frustration und unerfülltem Kinderwunsch assoziiert war. Im *Timaios* von Plato (427–347 v. Chr.) heißt es: „Die Gebärmutter ist ein Tier, das glühend nach Kindern verlangt. Bleibt dasselbe nach der Pubertät lange Zeit unfruchtbar, so erzürnt es sich, durchzieht den ganzen Körper, verstopft die Luftwege, hemmt die Atmung und drängt auf diese Weise den Körper in die größten Gefahren und erzeugt allerlei Krankheiten“, vor allem im Kopf. Die Frauen werden seltsam und unleidlich. Der deutsche Philosoph Friedrich Nietzsche meinte über 2000 Jahre später, die Heilung für alle Frauenkrankheiten sei die Schwangerschaft.

Franz Engels schreibt in seinem kompakten und informativen Internet-Text zur Geschichte der Hysterie, das Mittelalter sah in der Hysterie vor allem Besessenheit, die Symptome wurden als „stigmata diaboli“ bezeichnet und entstanden durch Berührungen des Teufels. Die Folgen waren verheerend. Die Inquisition verknüpfte körperliche Symptome, scheinbar unerklärliche soziale Ereignisse, Frauenunterdrückung und Denunziation zur Hexenverfolgung. Individuelle Hysterie (wenn sie überhaupt vorlag) erweiterte sich zur ansteckenden Massenhysterie. Hysterie wurde aus der Medizin herausgenommen und zu einem sozialen und religiösen Problem gemacht.

Erst im 17. Jahrhundert, als die Hexenverfolgungen abebbten und der Rationalismus in die Wissenschaft Einzug hielt, bemächtigten

sich allmählich wieder die Ärzte des Themas. Hysterie wurde nahe der Hypochondrie angesiedelt. Die Begriffe wurden denn auch längere Zeit synonym gebraucht, eine „nervöse“ Ätiologie wurde vermutet. Die Symptome reichten von der Erschöpfung über gastrointestinale Symptome bis hin zu epileptischen Krämpfen.

Allmählich lernten die Ärzte genauer zu unterscheiden. Hypochondrie wurde zu einem etwas absonderlichen Verhalten aufgrund von Entkräftung, während die Hysterie als „krampfartige Krankheit“ gewürdigt wurde. Beide zählten aber noch zu den „Neurosen“. Der französische Psychiater Philippe Pinel nannte sie „Genitalneurose“. Pinel wurde 1794 leitender Arzt am Hôpital de la Salpêtrière in Paris, an der 100 Jahre später Jean-Martin Charcot wirkte, und setzte dort eine ärztliche Behandlung ohne Zwangsmaßnahmen durch. Er begründete eine französische Tradition der Psychiatrie, die gekennzeichnet ist durch Milde, Zuwendung und Geduld. Die „Irren“ wurden nicht mehr wie Zuchthäusler (die zusammen mit Kriminellen eingesperrt wurden), sondern als Kranke behandelt. Einige körperliche Behandlungsmethoden muten jedoch aus heutiger Sicht inakzeptabel an. So setzte Pinel z.B. die Drehstuhlbehandlung, das Untertauchen in kaltes Wasser und Hungerkuren zur Erschütterung der Seele und zur Ablenkung von der *idée fixe* ein. Er erwarb sich große Verdienste um die Weiterentwicklung der Psychiatrie zur Wissenschaft und um die Verbreitung einer biologisch-pathologischen Auffassung. Insofern brach er mit der Tradition der Aufklärung, psychische Störungen als Störungen der Verstandestätigkeit zu interpretieren. Im weiteren Verlauf des 19. Jahrhunderts verlor sich die Uterogenese der Hysterie wieder, die Hysterie wurde ein allgemeines Nervenleiden, blieb aber mehr oder weniger den Frauen vorbehalten.

Wegen der häufigen Konzeptveränderungen und der fehlenden ätiologischen Klarheit wurde bereits damals vor einem Missbrauch

des Begriffes Hysterie gewarnt, z.B. vom deutschen Psychiater Emil Kraepelin (1856–1926), der 1889 bei der Hysterie nichts scharf Definierendes fand außer „vielleicht die außerordentliche Leichtigkeit und Schnelligkeit [...], mit welcher sich psychische Zustände in mannigfaltigen körperlichen Reaktionen wirksam zeigen“. Der französische Internist Ernest-Charles Lasègue (1816–1883) nannte die Hysterie einen Papierkorb, in den die Mediziner die Symptome werfen, die sie nicht anders einordnen könnten. Für ihn war Hysterie gleichbedeutend mit Nosophobie – die Angst, krank zu werden.

Parallel zu diesen Vorgängen gab es Ende des 18. Jahrhunderts mit der Erfindung des „tierischen Magnetismus“ durch den Arzt Franz Anton Mesmer eine neue Art in der Behandlung von Menschen mit unterschiedlichsten Körperstörungen, die den Grundstein zu einer Dynamischen Psychologie und späteren Tiefenpsychologie legte. Durch den Magnetismus (Mesmerismus) wurde ab 1775 der damals übliche Exorzismus, wie er z.B. noch von Pater Gassner in Ellwangen betrieben wurde, abgelöst. Aus überlieferten Krankenberichten kann geschlossen werden, dass es sich bei Gassners behandelten „übernatürlichen Krankheiten“ wohl um dissoziative Störungen handelte.

Die überragende Bedeutung des Pariser Psychiaters Jean-Martin Charcot wurde schon an anderer Stelle erwähnt. Nachzutragen wäre, dass er sich auch über funktionelle Lähmungen nach Eisenbahnunfällen Gedanken machte. 1884/85 fiel Charcot die Ähnlichkeit mit den bekannten hysterischen Phänomenen auf und er gruppierte die posttraumatischen (nicht durch körperliche Verletzungen hervorgerufene) Lähmungen fortan unter die Hysterie. Bestätigt sah er sich in dieser Auffassung durch die Tatsache, dass er die Lähmungen ebenso wie die Bewegungsstörungen Hysterischer durch Hypnose sowohl hervorbringen als auch wieder zum Verschwinden bringen konnte. Seitdem war

anerkannt, dass auch Männer hysterische Symptome zeigen können.

Die Untersuchungen Hysterischer führten Charcot zu den Annahme, dass es sich bei der hysterischen Symptombildung um eine quasi-neurologische Gesetzmäßigkeit handle, dass die „Hysterie“ eine funktionelle Nervenkrankheit sei, die bei bestehender erblicher Disposition als Grundursache unter Hypnose oder nach Auftreten sogenannter Gelegenheitsursachen (*agents provocateurs*) im Normalzustand die eigentümlichen Symptome des großen Anfalls, der Hemianästhesien, der hysterogenen Zonen, der Seh- und Bewegungsstörungen hervorbrächten.

Charcot unterschätzte aber die Suggestibilität der Patienten. Die Salpêtrière in Paris stand fortan im Dissens zur „Schule von Nancy“ und Hippolyte Bernheim. Im Gegensatz zu Charcot war Bernheim überzeugt, dass die hypnotischen Phänomene auf Suggestion beruhten und daher nicht nur bei Hysterischen hervorzurufen seien. Die Vererbungsthese wäre damit hinfällig. Sigmund Freud griff 1888 die Auffassung Bernheims auf und konstatierte, die Suggestion des Arztes verfälsche die Phänomene der hysterischen Hypnose, mit der Folge, dass auch andere hysterische Symptome falsch gesehen werden, also Lähmungen, Kontrakturen usw.

## Frühe Psychiatrie

Bis um 1900 hatten die Irrenärzte in den überfüllten Anstalten nichts in der Hand, um ihre Patienten zu therapieren und zu heilen, es sei denn man rechnet Zwangsjacken und Kaltwasserschocks dazu. Die schnell wachsende Zahl der Kranken in den Irrenanstalten im 19. Jahrhundert hatte nach Ansicht von Shorter zwei Gründe: Zum einen wurden immer mehr „Irre“ von den Familien in die Anstalten abgegeben, denn eine arme Stadtfamilie war mit einem Geisteskranken im Haus hoffnungslos überfordert. Zum an-

deren stieg zwischen 1850 und 1910 die reale Zahl der Fälle von Neurosyphilis, Trinkerpsychose und Schizophrenie.

Mit der Jahrhundertwende änderte sich die Art, wie Geisteskrankheiten betrachtet wurden, erneut. Ärzte wie Wilhelm Griesinger und Theodor Meynert richteten ihr wissenschaftliches Interesse auf diese Krankengruppe und holte sie aus den Asylen an die Universitäten. Sie gingen davon aus, dass Nerven- bzw. psychische Krankheiten auf Erkrankungen des Gehirns beruhen. Sie definierten sich als Wissenschaftler, die lernten, Diagnosen zu stellen und Statistiken zu führen. Sie arbeiteten histologisch und benutzten Mikroskope. Doch noch waren sie nur bedingt in der Lage zu differenzieren, was organische und was lediglich funktionelle (d.h. ohne Gewebsveränderung) Ursachen hatte.

Immerhin konnte Neurosyphilis jetzt unter dem Mikroskop festgestellt werden, Neurasthenie („Nervenschwäche“) nicht. Wagner-Jaureggs Malaria-Fieberkur gegen Neurosyphilis war ein epochales Ereignis in der Medizin und gab der Psychiatrie neue Hoffnung, etwas für ihre Patienten tun zu können. Besiegt aber wurde die Syphilis mit Penicillin. 1929 in Oxford von Alexander Fleming entdeckt, wurde es ab 1944 in den USA gegen syphilitischen Irrsinn mit grandiosem Erfolg getestet. Doch Neurosyphilis, eindeutig durch eine Infektion ausgelöst, war eine große Ausnahme unter den Psychosen.

Psychoanalyse und Tiefenpsychologie richteten nichts gegen die genannten Krankheiten aus, obwohl die amerikanischen (weniger die europäischen) Analytiker, die zum großen Teil Psychiater waren, für sich in Anspruch nahmen, auch für Psychosen, Schizophrenien, Manien und Depressionen zuständig zu sein. Harry Stack Sullivan und Frieda Fromm-Reichmann sind die bekanntesten Vertreter. Fromm-Reichmann verkündete, dass Schizophrenie durch Ängste verursacht werde und gab den „schizophrenen Müttern“ mit ihrer Schizophrenie erzeugenden Kommuni-

kation die Schuld. Generationen von Müttern litten unter diesem unzutreffenden Vorwurf. Indem die Tiefenpsychologie ein quantitativ abgestuftes Spektrum von Gesundheit und Normalität über neurotische Störungen bis zur Schizophrenie annahm, trug sie nichts zum Erarbeiten klar definierter Krankheitsbilder bei. Für sie waren alle Menschen neurotisch, mehr oder weniger krank. Sie waren entweder Produkte einer repressiven Kultur (Freud), einer ungünstigen Erziehung (Adler) oder mangelnden Religiosität (Jung), was eine genetische oder biologische Ursache für diese Krankheiten ausschließt. Die Heilungserfolge waren entsprechend dürftig. Das Dogma von der „Einheit der Neurose“ in den Anfangsjahren der Tiefenpsychologie wirkte wie eine Denkblockade. Gibt es diese Kontinuität wirklich oder handelt es sich nicht doch um qualitativ verschiedene Krankheiten, die unterschiedlicher Therapien bedürfen?

Eine Psychiatrie und Tiefenpsychologie, die nicht zwischen Neurose, Psychose, Schizophrenie, Demenz und Schwachsinn differenziert, gleiche einer Lärmbekämpfung, die das Geräusch eines Computers nicht von dem eines Lastwagens unterscheiden will, kritisiert Shorter. Konkret läuft das auf die Frage hinaus: Sollen und dürfen Depression und Schizophrenie von Psychotherapeuten behandelt werden? Auch darüber gab es jahrzehntelangen Streit. Seit den 1960er Jahren gibt es medizinische Therapien, die dauerhafter, schneller und tiefgreifender wirken als das, was unter Psychoanalyse firmiert.

Lange Zeit weigerten sich Psychoanalytiker und Tiefenpsychologen, diese Domäne aufzugeben. Ihr Standardargument: Ein Medikament würde die Symptome nur überdecken, während das medikamentenfreie Gehirn näher an der Tatsächlichkeit und der Wahrheit sei. Damit unterwarfen sie viele Kranke einer quälend sich hinschleppenden Gesprächstherapie, die einige Erfolge verzeichnen konnte, in der Regel aber versagte. Aus der Sicht vor allem von Psychoanalyti-

kern durften psychische Störungen nicht durch Serotoninmangel (allenfalls durch eine anormale Mutterbeziehung) verursacht sein. Heute ist die allgemeine Auffassung, alles sei möglich: Entgleisung des Metabolismus oder pathogene soziale Ereignisse oder beides zugleich. Die Kombination aus Psychotherapie und Medikation ist folglich der effektivste unter allen möglichen Ansätzen, sich mit den Störungen des Gehirns und des Verstandes zu befassen.

### Neurasthenie

Der New Yorker Nervenarzt George Beard machte 1880 die Neurasthenie populär, sein Buch wurde schon ein Jahr später ins Deutsche übersetzt. Daraufhin nahm die Zahl der Neurastheniker sprunghaft zu. Die wörtliche Übersetzung lautet »Nervenschwäche«, was bedeutete, ihren Ursprung in einer Schädigung, Degeneration oder Überreizung der Nerven zu sehen. Die »reizbare Schwäche« des Nervensystems werde durch Fabrikarbeit, die durch Eisenbahn und Dampfschiffahrt erhöhte Geschwindigkeit, die von Presse und Telegraphie verursachte Informationsflut und nicht zuletzt durch die Erwerbsarbeit der Frauen hervorgerufen. Die Symptome schwankten zwischen Ermüdung, Ängstlichkeit, Kopfschmerzen, Impotenz bei Männern und Frigidität bei Frauen, Neuralgie (Nervenschmerz von griechisch *neuron*, Nerv, und *algos*, Schmerz) und Melancholie.

Als Ursachen der Neurasthenie wurden zwei unterschiedliche Modelle verfolgt. Die »Psychiker« meinten, der Prozess der Zivilisierung und Disziplinierung überfordere die Bevölkerung. Beard brachte die Krankheit mit dem damals modernen amerikanischen Lebensstil in Zusammenhang. Dieses Konzept ermöglichte es Ärzten, für eine Vielzahl schwerer zu deutender Befindlichkeitsstörungen eine medizinisch befriedigende Antwort zu finden. Diese frühen Autoren griffen oft auf das Klischee vom gesunden Naturmenschen und

verdorbenen Kulturmenschen zurück. Der Naturmensch lebe in geordneter Umwelt und körperlicher Arbeit, die ihn vor einer Zermürbung des Nervensystems schützen. Der moderne Stadtmensch aber werde durch geistige Arbeit geschwächt. Zugleich war Beard aber auch ein »Somatiker«, der eine nervliche Erschöpfung aufgrund von beispielsweise Phosphormangel annahm. Die somatische Ätiologie psychischer Störungen war unter Neurologen die vorherrschende Denkrichtung.

Neurasthenie wurde mit Weir Mitchells »Ruhekur« therapiert. Bald wurde klar, dass das autoritäre Arzt-Patientinnen-Verhältnis für einen Therapieerfolg ausschlaggebend war, nicht die physiologische Behandlung mit Bädern, Schwachstrom und Diät. Es ging darum, als Frau vor der ärztlichen Autorität zu kapitulieren und ihren Anweisungen zu folgen. Unterwerfung galt als Heilung. Freud trieb die Suggestion in der Therapie so weit, dass sich seine Patientinnen an Übergriffe ihrer Väter oder anderer männlicher Erwachsener erinnerten, die wahrscheinlich nie stattgefunden hatten. Freud konnte selbst den folgsamen und leicht beeinflussbaren jungen Frauen nicht alles entlocken, was er von ihnen auf Grund seiner fixen Idee von der sexuellen Ätiologie der Neurosen hören wollte. Einige brachen empört die Therapie ab. Freud zog zunehmend Patientinnen an, die von vornherein wussten, was er von ihnen verlangte. Wer glaubte, dass sexuelle Motive im eigenen Fall keine Rolle spielte, dem war klar, dass er sich gar nicht erst an Freud oder die anderen Psychoanalytiker wie Sándor Ferenczi, Sándor Radó und Melanie Klein zu wenden brauchte. Alle Kritiker Freuds lehnten seinen sexuellen Reduktionismus ab, damals schon und heute immer noch. Sie hielten es für unvorstellbar, dass Onanie zu Affektverdrängung führt, oder dass sexuelle Abstinenz die Hauptursache für Ängste sein soll. Für die Psychoanalyse spricht, dass sie sich als erste Behandlungs-



form intensiv für die Biografie des Patienten und die Genese der Symptome interessierte, dass sie (erst nach Freud) das autoritäre Arzt-Patienten-Verhältnis aufbrach und überhaupt psychologische Sensibilität an den Tag legte.

In Deutschland und Frankreich wurde die Diskussion um die schädlichen Folgen der Zivilisation immer mehr von der Furcht vor einer Degeneration großer Bevölkerungsteile oder der ganzen Nation beherrscht. Der Lamarckismus legte zudem nahe, dass nervliche Degeneration vererbbar sei. Die Ursache-Wirkungs-Kette drehte sich um. Nicht moderne Lebensbedingungen führen zur körperlichen Degeneration und abweichenden Lebensformen, sondern eine biologische Degeneration wurde zur Ursache von störenden Symptomen und psychischen Krankheiten. Viele gerieten in Panik bei dem Gedanken, die Nation als Ganzes könnte geschwächt werden. Jahrzehnte später legitierten die Nationalsozialisten damit ihre inhumane Gesundheitspolitik, die die angeblich drohende Degeneration aufhalten sollte.

### Trauma des Krieges

Die Debatte um die Krankheit Hysterie wurde befeuert durch die epidemisch auftretenden „Kriegszitterer“ und „Kriegsneurotiker“, die von dem mörderischen Kampf im Ersten Weltkrieg traumatisiert worden waren. Männliche Kriegsneurotiker hatten jegliches Gefühl der Sicherheit und Kontrolle eingebüßt und hatten das ganze Ausmaß ihrer Verletzlichkeit und existenziellen Hilflosigkeit im Kriegswahnsinn erlebt. Bis zum Ersten Weltkrieg waren Hysteriker meistens weiblich, doch mit dem Ersten Weltkrieg und den weiteren Kriegen tauchten die Kriegsneurose und das Golfkriegssyndrom auf, die vor allem Männer betreffen.

Die Psychiatrie, zu der damals auch Sigmund Freud und Alfred Adler gehörten, spielte insgesamt eine fragwürdige und unrühmliche Rolle im Rahmen der Kriegsmaschinerie. Ihre

Funktion war die von „Maschinengewehren hinter der Front“ mit der Aufgabe, die fliehenden Soldaten aufzuhalten und mit grausamen Behandlungsmethoden an die Front zurück zu expedieren. Adler, der Verkünder des „Gemeinschaftsgefühls“, gab eine Demonstration seines diesbezüglichen Verständnisses: „Der Simulant weiß sehr gut, daß die Kader zu einer bestimmten Zeit eine bestimmte Zahl von Soldaten an die Front zu schicken haben, so daß, wenn er nicht geht, ein anderer an seiner Stelle gehen muß.“ Die Kriegstraumatisierten hätten keinen anderen Wunsch, als in den ruhigen Kreis ihrer Familie zurückzukehren. Das habe die „Kriegsneurologie“ zu verhindern, indem sie die zusammengebrochenen Soldaten dem Militärdienst und „der Allgemeinheit“ zurückgeben. Und er tritt noch einmal nach: „Individualpsychologisch lässt sich hinter der Neurose immer der Schwächling erkennen.“

Die so genannten Kriegsneurosen waren im Krieg auf allen Seiten epidemisch aufgetreten, die sich hinziehende Gefahrensituation war die Hauptursache des „Granatschocks“. Man sprach vom *shell shock*, wenn Soldaten in ihren Gräben oder Bunkern verschüttet und wieder ausgegraben wurden, von „Granatfieber“ oder „Schrapnellsschock“ als Reaktion auf die Belastung eines Dauerbombardements oder – auf deutscher Seite – vom „Kriegszittern“. Die Betroffenen zitterten unkontrolliert, konnten sich nicht auf den Beinen halten, erbrachen sich, wurden starr, waren unfähig zu planvollem Handeln, verloren den Appetit, hatten panische Angst auch vor harmlosen Gegenständen oder Geräuschen; bei einigen traten Lähmungen, Blindheit, Taubheit u. ä. auf. Sie zeigten damit Symptome, die genau denen der weiblichen Hysterie ähnelten, der ein Odium von weiblicher Schwachheit, Verweichlichung und moralischer Degeneration anhaftete.

Einige Psychiater nahmen an, dass die Störungen durch die Druckwellen der explodierenden Granaten oder durch laute Explosionsgeräusche verursacht würden, was die

Gehirne beschädigt hätte. Sie verknüpften das psychische Leiden mit einer benennbaren äußeren Ursache und gaben den Betroffenen damit die Würde einer körperlichen Krankheit, im Gegensatz zur „nur“ psychogenen Hysterie. Aber in aller Regel sahen die Militärpsychiater in der Traumatisierung nichts weiter als ein Versagen der Männlichkeit.

Für die Reaktionsform der Soldaten wurden im Laufe der Zeit verschiedene Begriffe gefunden, die sich ablösten: Im Zweiten Weltkrieg sprach man von *war fatigue* (Kriegsmüdigkeit), im Vietnamkrieg von *combat stress*, bis sich schließlich die nosologische Einheit „Posttraumatisches Belastungssyndrom“ (PTBS) durchsetzte. Heute weiß man, das Krankheitsbild wird ausgelöst durch eine Überlastung der Psyche der Soldaten wegen des unerträglichen Grauens, dem sie im Krieg ausgesetzt waren.

Aus der Sicht der kriegsführenden Parteien bedeuteten diese Erscheinungen eine militärische Pflichtverletzung, die die Wehrkraft unterhöhlt. Eine Fülle harter Maßnahmen wurde erfunden und eingesetzt, um die Betroffenen schnellstmöglich wieder einsatzfähig zu machen. Die Behandlung mit Kaltwasserstrahlen, Dauerbädern von 24 bis 40 Stunden, totale Isolation, Elektroschocks („Faradisation“) waren bewusst sadistisch, sollte den Willen brechen und dazu führen, dass die Soldaten die Behandlung mehr fürchteten als den Tod auf dem Schlachtfeld.

Auf einer Tagung der „Gesellschaft deutscher Nervenärzte“ im November 1916 in Krakau, an der auch Adler teilnahm, wurde die Kriegsneurose überwiegend als psychisches, zielgerichtetes hysterischen Leiden definiert, im Unterschied zu einer behandlungsbedürftigen und gegebenenfalls rentenberechtigenden Krankheit mit einem traumatischen Auslöser (wie beispielsweise Arbeitsunfällen). Ein Trauma hatte keine ätiologische Bedeutung, vielmehr wurde die Annahme

einer „angeborenen“ oder vorbestehenden „Degeneration“ vorherrschend. Wer den Kriegsdienst nicht aushielt, war einfach verweichlicht. Für die Ärzte, die sich den Erfordernissen des Militärs unterwarfen, galt „Kriegshysterie“ als meist bewusste Simulation, Flucht in die Krankheit, Boshaftigkeit, Unkameradschaftlichkeit und Feigheit. Darin waren sich die kriegführenden Gegner einig. Die zeitgenössische Debatte um Kriegszitterer spiegelte die gesellschaftliche Debatte um Männlichkeit, Ehre, die Arzt-Patient-Beziehung und den Sinn des Krieges an sich.

Als einer von ganz wenigen hatte Sigmund Freud Verständnis für die Kriegsneurotiker, bezog die mörderische Realität des Krieges mit ein und betonte die handlungsmächtige Kraft des Unbewussten. Er, der im Jahre 1920 bei der in Wien einberufenen „Kommission zur Erhebung militärischer Pflichtverletzung“ von Psychiatern ein Gutachten abzugeben hatte, nahm zu den angewandten Verfahren unmissverständlich Stellung: „Es zielte nicht auf die Herstellung der Kranken oder auf diese nicht in erster Linie, sondern auf die Herstellung der Kriegstüchtigkeit: Die Medizin stand eben diesmal im Dienste von Absichten, die ihr wesensfremd sind.“ Er wies darauf hin, dass „die nächste Ursache aller Kriegsneurosen die dem Soldaten unbewusste Tendenz [zu nennen sei], sich den gefährvollen und das Gefühl empörenden Anforderungen des Kriegsdienstes zu entziehen. Angst um das eigene Leben, Sträuben gegen den Auftrag, andere zu töten, Auflehnung gegen die rücksichtslose Unterdrückung der eigenen Persönlichkeit durch die Vorgesetzten, waren die wichtigsten Affektquellen, aus denen die kriegsflüchtige Tendenz gespeist wurde“. Die zum Wehrdienst Gezwungenen wurden aus einem bürgerlichen oder proletarischen Leben herausgerissen und stünden vor einem Konflikt „zwischen dem alten friedlichen und dem neuen kriegerischen Ich [...], das er als bedrohlich für sein Leben erkennt“.

Wie anders klingt es bei Alfred Adler. Den Widerstand gegen die Aussicht, sich in einem sinnlosen Gemetzel abschlagen zu lassen, nannte Adler mehrmals „neurotisch“. Der „Eigenwille“ der Kriegszitterer müsse gebrochen werden. Wer dem Krieg fliehe und nach Hause zu seiner Familie möchte, der müsse schon früher neurotisch gewesen sein. Diese Männer würden wie in Friedenszeiten zögernd und zaghaft „den gesellschaftlichen Aufgaben gegenüberstehen“. Den Kriegsdienst nannte er eine „allgemeine Forderung des Lebens“. Der ängstliche und traumatisierte Soldat würde nur aus einem „subjektiven Gefühl der Schwäche“ (also nicht wegen objektiver Gefahr) von der Kriegsfront zurückweichen. Dieser sei unfähig, sich „in den Allgemeinheitsgedanken einzufügen“, also fürs Vaterland totschießen zu lassen. Adler sah überall gemeinschaftsfeindliche Simulanten am Werk und anerkannte nicht, dass der Krieg die ungewohntesten und furchtbarsten Anforderungen stellt, die oftmals über die menschliche Kraft gehen.

Adler folgte damit der vorherrschenden psychiatrischen Meinung, dass nicht äußerliche Ereignisse wie der Terror eines tage- und wochenlangen Artilleriebeschusses für die psychische Erkrankung ursächlich seien, sondern ein schwaches, labiles Nervensystem, das auf neuerliche Belastung mit Fluchtendenzen antworte. Ohne Zweifel war Adler Pazifist, aber er war auch der Meinung, dass im Krieg niemand dem tödlichen Kampf ausweichen dürfe. Gemeinschaftsgefühl manifestiere sich auch in der Aufopferung im Krieg für den Staat. Ihm fehlte jegliches Gespür für die existenzielle Not der zwischen Leben und Tod schwebenden Kriegsteilnehmer. Was die Psychoanalytiker angeht, so ist nicht bekannt, ob sie ihren Patienten zu verstehen gaben, dass man sich eines Nervenzusammenbruchs nicht zu schämen brauche, dass Angst eine unvermeidliche Reaktion auf das Trauma des Krieges und dass Tränen ein vertretbarer und hilfreicher Bestandteil von Trauer sei. Die

Psychoanalyse war aber führend daran beteiligt, die alte Heldenmoral zu überwinden.

### Psychiatrie ab 1950

Das erste Medikament, das einigermaßen zuverlässig in den Hirnstoffwechsel eingriff, war Chlorpromazin Anfang der 1950er Jahre. Es war mit das erste der Gruppe der Neuroleptika, die einen Rückgang von Psychosen bewirken. Es folgte 1958 das erste (wegen seiner dreifachen chemischen Ringstruktur trizyklisch genannte) Antidepressivum namens Imipramin. Die Depressiven wurden lebendiger, ihre leisen, gedämpften Stimmen klangen kräftiger, sie schienen kommunikationsfreudiger, Jammern und Weinen hörten auf. 1960 folgte das berühmte Lithium gegen leichte bis mittelschwere Fälle von Manie. Die Hirnstrommessung (EEG) zeigte bei „funktionellen“ (also ohne erkennbare biophysio-logische Schädigung) Psychosen Anomalien, ebenso wie mit Hilfe von radioaktiven Isotopen die Hirnaktivität gemessen werden konnte. Der Anteil der Schilddrüsen-fehlfunktion an psychischen Krankheiten wurde erkannt. Die Psychobiologie bekam massive Unterstützung durch die Neurowissenschaft, die Neurophysiologie und die Neuropathologie. 1956 veröffentlichte Wolfgang de Boor, Professor in Köln, das weltweit erste Lehrbuch der Psychopharmakologie.

Vorangetrieben wurde die „biologische Psychiatrie“, wie Shorter sie nennt, vor allem von der Pharmaindustrie. Sie verlangte nach neuen Erkenntnissen aus der Grundlagenforschung, um Arzneimittel zu entwickeln, die die biologischen Reaktionswege blockieren, die zu Psychosen führen. Die Botenstoffe Dopamin und Serotonin spielen die Hauptrollen dabei. Die Rolle von Serotonin als Neurotransmitter wurde 1952 identifiziert, 1957 wurde Dopamin entdeckt. Mitte der 50er Jahre ging man von einem Zusammenhang zwischen Serotonin und Depression aus: Die trizyklischen Antidepressiva verhindern, dass die Neuronen das Serotonin wieder aufnehmen, sobald sie es einmal in die

Synapsen (die Zwischenräume zwischen den Neuronen) abgegeben haben. Je weniger die Neuronen Serotonin aufnehmen, desto größer ist die Verfügbarkeit von Serotonin im Gehirn und desto geringer ist die Depression. Die Medikamente heißen deshalb auch Wiederaufnahmehemmer.

Bis Mitte der 1990er Jahre waren neben Dopamin und Serotonin über 40 Botenstoffe identifiziert. Mit modernen bildgebenden Verfahren wurden jene Hirnläsionen oder -anomalien gefunden, nach denen Theodor Meynert noch vergeblich gesucht hatte. Ihm standen nicht die hochauflösenden, nichtinvasiven, bildgebenden Verfahren (CT, MRT und PET) zur Verfügung, die ab den 70er Jahren einen Blick in das lebende Hirn ermöglichen. Die Anomalien stammen aus Vererbung (deswegen die Häufung in bestimmten Familien) oder aus pränatal erworbenen Veränderungen und Traumata während der Geburt oder aus zufälligen körperlichen Veränderungen (der biologische Körper ist ja nicht statisch). Diese histopathologische Forschung wurde von der psychoanalytisch beeinflussten Psychiatrie tabuisiert. Wenn es hirnpfysiologische Veränderungen gab (als Ursache oder als Folge), dann war die *talking cure* überflüssig.

Einige Gehirne werden (bemerkt oder unbemerkt) im Entwicklungsstadium geschädigt und machen es anfällig für psychische Krankheiten im späteren Leben. Auch Viren können die pränatale Hirnentwicklung stören. Grippe der Mutter im zweiten Schwangerschaftsdrittel beispielsweise erhöht das Auftreten von Schizophrenie unter ihren Kindern. Viren verhindern die Verbindungsaufnahme von Hirnzellen. Das Gehirn von Schizophrenen zeigt eine andere Topographie als das Gesunder. Die betroffene Person ist bereits im Jugendalter unfähig, normale Beziehungen einzugehen, mit Alltagsstress umzugehen oder logisch zu denken. Seit Anfang der 90er Jahre liegen Beweise aus der Neuropathologie vor, dass Schizophrenie

eine organische Krankheit ist. Auch bei manisch-depressiven Erkrankungen fand man vergrößerte Ventrikel, was nahe legt, dass sich die Grundlage dieser Krankheit bereits in der Wachstumsperiode des Fetus bildet. Auch bei Zwangsstörungen ist die elektrische Aktivität des Gehirns eine andere als unter Medikamenten.

### Kritik der Psychiatrie

Ein großer problematischer Gegenspieler der psychiatrisch-psychologischen Entwicklung war die sogenannte Anti-Psychiatrie. Sie wurde angeführt von Wissenschaftlern, die die Existenz von neuronal-biologischen Krankheiten grundsätzlich abstritten. Während die neurowissenschaftliche Psychiatrie immer mehr pathologische Gehirnzustände entdeckte, kritisierten die Sozialpsychiater eine Gesellschaft, die Abweichungen immer weniger tolerierte. Sie hielten „Geisteskrankheit“ für ein soziales Konstrukt und glaubten, die industriekapitalistische Gesellschaft räche sich an Menschen, die arbeitsunwillig seien und einen unkonventionellen Lebenswandel führen. Sie hatten eine romantische Vorstellung von sanften Idioten, die tagelang unter schattigen Bäumen sitzen und ihren versponnenen Gedanken nachhängen. Solche gibt es auch, doch oftmals handele es sich um apathische, sabbernde und aufgedunsene Menschen, die ihre Kleidung und ihre Reinlichkeit vernachlässigen, unwillkürliche Harn- und Stuhlentleerung zeigen, in unbewegten, starren Haltungen verharren, ein blödes Lachen und keinerlei Erinnerungen an ihr früheres Leben haben und zu Gewalttätigkeiten neigen. Wer möchte so einen Menschen bei sich zuhause in der Stadtwohnung haben?

Die Anti-Psychiatrie hatte ihren amerikanischen-europäischen Höhepunkt ab 1960, ihre Wegbereiter waren der Pariser Historiker und Philosoph Michel Foucault, der amerikanische Psychiater ungarischer Herkunft

Thomas Stephen Szasz, der Italiener Franco Basaglia sowie die Amerikaner Ronald D. Laing und David Cooper. Foucault war kein Psychiater, dennoch hatte seine Kritik an der „Erfindung“ von (psychischen) Krankheiten durch Ärzte und in Anstalten bedeutenden Einfluss. Aus der Tatsache, dass sich Definition und Behandlung von Wahnsinn im Laufe der Zeit immer wieder wandelten, schloss er auf einen sozialen Zusammenhang von Krankheit und Gesellschaft. In der Psychiatrie würden „die Anderen“ ausgegrenzt und zum Schweigen gebracht. Die abendländische Rationalität bediene sich der Repression. Foucault beschäftigte sich im Detail mit der Entwicklung der modernen Klinik und der Geschichte des Gefängnisses (*Wahnsinn und Gesellschaft*, 1961, und *Überwachen und Strafen*, 1975). Dabei fand er keine Entwicklung zum Besseren oder ein Anwachsen an Vernünftigkeit, sondern nur einen von Brüchen gekennzeichneten Wandel im Rahmen zeitbedingter, willkürlicher Krankheitskonstrukte. Foucault behauptete, der Wahnsinn und die Wahnsinnige seien bis zur Renaissance akzeptiert und integriert gewesen. Eine Behandlungsmethode war die Verschickung auf das ruhige und reizarme Land, bis der Wahnsinnige normales Verhalten und Konformität erlernt hat. Man versteht Foucault am besten, wenn man sich bewusst macht, dass es ihm um den Zusammenhang von Wissen und Macht ging, was er anhand der Anstaltspsychiatrie, der Gefängnisse und der Sexualität ausführte.

Seinen Ruf als vehementer Gegner der Zwangspsychiatrie begründete Thomas Szasz vor allem mit seinem Hauptwerk *The Myth of Mental Illness*, in dem er 1961 die Theorie aufstellte, dass Konzepte wie psychische Normalität und Verrücktheit willkürliche Definitionen sind. Eben weil oft keine biologischen Ursachen für psychiatrisch behandelte Krankheiten gefunden werden, nahm er für die meisten psychiatrischen Erkrankungen eine „gesellschaftliche“ Ursache in Form einer sozialen negativen Etikettierung an. Szasz selbst wehrte sich vehement dagegen,

zur Anti-Psychiatrie zu zählen. Er habe, betonte er, ausschließlich gegen die Zwangsbehandlung in der Psychiatrie argumentiert.

Die Anti-Psychiatrie-Bewegung krepelte die psychiatrische Behandlung grundlegend um in Richtung auf eine Deinstitutionalisierung. Die düsteren Anstalten wurden aufgelöst und die Patienten teilweise in Wohngemeinschaften und wohnortnahen, betreuten Einrichtungen untergebracht. Es wurden sogenannter Weglaufhäuser errichtet, die in Analogie zu den Frauenhäusern den Betroffenen Obdach und Schutz geben sollten. Diesbezügliche Versuche in Deutschland waren das 1970 in Heidelberg gegründete Sozialistische Patientenkollektiv (SPK) und die 1980 gegründete „Irren-Offensive“. Ihnen war kein Erfolg beschieden. Die Krankheitssymptome der Beteiligten waren zu ausgeprägt, als dass sie auf Dauer hätten politisch agieren können. Der Versuch, psychiatrische Krankheiten wegzudefinieren, der Gesellschaft die Schuld zu geben und die Psychiatrie völlig abzuschaffen, scheiterte. Die 1991 von der UN-Generalversammlung angenommenen Prinzipien für den Schutz von Personen mit geistigen Krankheiten werden als ein Erfolg der Anti-Psychiatrie-Bewegung angesehen. So gesehen trug sie zu einer Verbesserung der Qualität der psychiatrischen Versorgung bei.

## Moderne Hysterien

Die typischen hysterischen Symptome der Neunziger Jahre (wie Elaine Showalter sie definiert) – das chronische Müdigkeitssyndrom, die Multiple Chemische Sensitivität, das Sick Building Syndrom, das Golfkriegssyndrom, die Multiple Persönlichkeit, die wiedergewonnene Erinnerungen an sexuellen Missbrauch, die Entführung und sexuelle Manipulation durch Außerirdische und freiwillige Amputationen – sind vor allem amerikanische Symptome und treten in anderen Ländern nur dann auf, wenn amerikanische Experten dort referiert hatten. Der Grund, warum diese Epidemien vor allem in den

USA wüten, ist der Umstand, dass sie sich mit einem historisch gewachsenen, paranoiden Misstrauen in die Politik sowie einer puritanischen Prüderie verbinden. Verschwörungstheorien halten in diesen Bereichen für jedes nicht unmittelbar verständliche Symptom und Syndrom her. Regierungsstellen halten angeblich wichtiges Material oder Studien zurück. Tatsächlich wurden in den USA staatlicherseits viele Studien finanziert, um die Ursachen der genannten Symptome herauszufinden, vor allem des Golfkriegssyndroms. Die Betroffenen können das nur so interpretieren, dass der Staat ein schlechtes Gewissen hat, „weil etwas dran ist“.

Die von diesen Krankheiten befallenen Menschen suchen die Ursachen ihrer psychischen Probleme in äußeren Quellen: in einem Virus, in sexueller Belästigung, chemischer Kriegsführung, in teuflischen Verschwörungen oder außerirdischer Infiltration. Ein Jahrhundert nach Freud lehnen viele Menschen die psychologische Erklärung ihrer Krankheitssymptome strikt ab, halten ihre psychosomatische Störung für anrüchig und unberechtigt und suchen nach körperlichen Beweisen, die sowohl die Ursache, als auch die Behandlung der Beschwerden strikt außerhalb des Selbst verorten.

Hysteriker lügen nicht bewusst. Sie glauben an die Wahrheit ihrer tollsten Erfindungen. Je länger eine hysterische Epidemie dauert, desto stärker sind die Betroffenen davon überzeugt, dass sie jene von außen kommende Ursache hat, die sie von Anfang an angenommen hatten: Viren, Außerirdische, sexuell missbrauchende Väter, Giftgas oder Umweltgifte. Die Patienten und die sie unterstützenden Ärzte geben Eindrücke als Tatsachen aus, undifferenzierte und unbeweisbare Äußerungen werden wie medizinische Fakten behandelt.

Etwas Psychisches als Ursache der genannten hysterischen Epidemien anzunehmen, weisen die Betroffenen weit von sich, wäh-

rend die Behinderung durch eine schwere und rätselhafte Krankheit hingenommen wird. Das Syndrom ist vollkommen real und auch die verheerenden Folgen für die Erkrankten sind wirklich. Ihr Selbstwertgefühl hängt fast völlig davon ab, dass keine psychische Natur der Krankheit angenommen wird. Diese Menschen sind in ihrem kulturellen Kontext gezwungen, die psychische oder soziale Ursache ihrer Symptome zu verleugnen und stattdessen auf die Biologie zurückzugreifen. Die Störung liegt dann nicht in ihrer Macht. Und nur auf diese Weise sind sie als Kranke legitimiert und eignen sich die entsprechenden Privilegien nicht unrechtmäßig an.

Tatsächlich aber stellen die Labore keine messbaren Veränderungen fest, was die Patienten zu einer jahrelangen Odyssee von einem Arzt zum nächsten führt auf der Suche nach jenem Mediziner, der ihre Krankheit biomedizinisch beglaubigt. Die Patienten sind schwerkrank in Bezug auf ihr Befinden und die Veränderung ihrer Lebensgewohnheiten, nicht in Bezug auf irgendwelche lebensbedrohlichen körperlichen Zustände. Auch kann das Symptom Müdigkeit (im chronischen Müdigkeitssyndrom) oder das Symptom der chemischen Überempfindlichkeit wissenschaftlich weder nachgewiesen, noch widerlegt werden. Wenn ich behaupte, dass ich mich wie zerschlagen fühle, wer will mir das Gegenteil beweisen? Viele Patienten suchen den Beweis, dass sie „wirklich krank“ und nicht etwa depressiv sind. Psychologische Erklärungen bagatellisieren in den Augen der Betroffenen die Krankheit.

Golfkriegssyndrom-Patienten in England und den USA sind überzeugt, dass der Grund für ihre körperlichen Probleme in den Chemikalien und medizinischen Substanzen zu suchen sind, denen sie am Golf ausgesetzt waren. Sie gehen davon aus, dass ihre Regierungen sich untereinander verschworen haben, um ihnen die fälligen Krankenkassenzahlungen und Behindertenrenten vorzuent-

halten. Tatsächlich hatte sich die amerikanische Regierung besorgt und mitfühlend gezeigt. Eine Reihenuntersuchung an fast 19.000 Kriegsteilnehmern, für die rund 80 Mio. Dollar ausgegeben wurden, erbrachte keine spezifische, isolierbare Ursache oder rätselhafte Krankheit, die den Verdacht auf die Existenz eines Golfkriegssyndroms erhärtet hätte.

Schon Freud hatte postuliert, dass die Wiedererinnerung von Verdrängtem eine Heilung von rätselhaften Symptomen bedeuten könne. Auf dieser Prämisse baut die wiedergewonnene Erinnerung an früheren sexuellen Missbrauch, die jahre- oder jahrzehntelang völlig verschwunden war, auf. Hier jedoch werden Erinnerungsgeschichten konstruiert, ohne dass deren Wahrheitsgehalt auch nur ansatzweise überprüft wird. Väter oder männliche Verwandte wurden beschuldigt und landeten teilweise im Gefängnis. Jene, die mehr Rationalität in diese von feministischer Seite angeheizte Debatte bringen wollen, weisen auf die ganze Palette von Ängsten und Irritationen im Leben der betroffenen Frauen hin. Viele haben mit Vereinsamung und Verzweiflung zu tun. Die Konfabulation von Frauen, die sich in der Therapie daran erinnern, vor Jahrzehnten sexuell missbraucht worden zu sein, haben nichts mit bewussten Lügen und Täuschungen zu tun. Sie können notwendig sein, um sich eine Identität zu konstruieren, um Wut zu verarbeiten oder auf sozialen und kulturellen Druck zu reagieren. Es muss unterschieden werden zwischen Missbrauch, der nie vergessen wurde, Missbrauch, der spontan erinnert wird, Missbrauch, der in der Therapie aufgedeckt wird und Missbrauch, der in der Therapie suggeriert wird. Letzteres scheint bei der „wiedergewonnenen Erinnerung“ am häufigsten der Fall zu sein. Therapeutische Suggestion ergibt sich aus dem Gesprächskontext und kann durch Anleitung des Therapeuten induziert werden.

Wie diese Krankheiten wird inzwischen auch die Multiple Persönlichkeit von landesweiten

Organisationen verwaltet. 1990 waren in den USA schon 20 000 Fälle diagnostiziert worden, nachdem zwanzig Jahre zuvor die ersten Fälle beschrieben worden waren. Viele Frauen können sich an den Inzest im Grunde genommen nicht richtig erinnern, aber sie wissen, dass es ihn gab. Es muss ihn gegeben haben, denn nur so können sie sich erklären, warum sie unglücklich sind. Die Dissoziation tritt in der Umgebung von Ärzten auf und ist hochansteckend. Die Verschwörung besteht hier in einer Verschwörung des Schweigens, die den sexuellen Missbrauch umgibt. Der Umstand, dass so wenige Frauen über sexuellen Missbrauch in ihrer Kindheit sprechen, ist für die Betroffenen und ihre Therapeutinnen ein Zeichen der gesellschaftlichen Verdrängung dieses Tatbestandes, nicht ein Zeichen dafür, dass er vielleicht gar nicht so häufig vorkommt. Noch 1989 war das Multiple-Persönlichkeitssyndrom als Folge eines Missbrauchs keine Krankheit, praktisch nicht existent oder unbekannt. Der Ausbruch dieser Epidemie in den USA deutet auf eine kulturspezifische Erkrankung hin. Die Multiple Persönlichkeit wird aus den USA exportiert und durch die amerikanische Expertenwelt weltweit verbreitet.

Einige Therapeuten meinen, dass die wiedergewonnene Erinnerung in Wirklichkeit Entführungserlebnisse mit Außerirdischen verdecken. Die Bücher darüber bestehen zum großen Teil aus Interviews mit den Entführten. In kaum einem Fall recherchierten die Therapeuten nach, beispielsweise die relativ leicht zu überprüfende Behauptung, die Patienten seien zwei Wochen lang nicht auf der Erde gewesen, während die Außerirdischen Experimente mit ihnen machten. Wie in den anderen Fällen auch wird mit Pseudostatistiken und Hochrechnungen gespielt. So wird behauptet, dass über eine Million Amerikaner bislang entführt worden seien. Die Ufo-Entführungsgeschichten sind insofern subtil erotisch, da berichtet wird, dass die Frauen an den Genitalien und die Männer am Penis besonders ausgiebig untersucht werden. Es wird vermutet, dass die

Außerirdischen herausfinden wollen, wie auf der Erde neues Leben entsteht. Showalter geht davon aus, dass die Geschichten von den außerirdischen Entführungen durch Gegenbeweise nicht zum Verschwinden gebracht werden können. Die Vertreter dieser Richtung halten logische Gegenbeweise überhaupt für etwas völlig Abwegiges, da ja die Außerirdischen auch außerhalb unserer physikalischen Logik handeln.

Wie die Hexenjagd der 1690er Jahre, die Mode des „tierischen Magnetismus“ der 1790er, die Hypnosekuren der 1890er, so artikulieren die hysterischen Syndrome der 1990er Jahre verborgene Bedürfnisse und Ängste der westlichen Kultur. Es geht um eine Projektion sexueller Fantasien, die der Einzelne, aber auch die Gesellschaft sich verboten haben, es geht um echte oder eingebildete Schuld, uneingeschränkte und uneingestandene Rachsucht, um Sensationslust und Rechthaberei, um falsche Solidarität mit Frauen und um Geldschneiderei. Was Freud noch als befreiende Wiedererinnerung konzipiert hatte, wird in den modernen Geschichten über Hysterien zur Anklage naher Verwandter oder der Regierung.

Eines der Hauptprobleme liegt darin, dass die Therapeuten und Mediziner damals wie heute den Unterschied zwischen für wahr befundene Fantasievorstellungen und tatsächlichen Erinnerungen kaum feststellen können, zumal kein wesentlicher Unterschied zwischen beiden besteht. Gerade die Medien haben viel dafür getan, ein bedenkenlos irrationales und paranoides Denken konsensfähig zu machen. Das Wissen um die Kraft der Suggestion scheint heute unter Psychiatern und Psychologen kaum vorhanden, denn sie machen entscheidende Fehler bei der Behandlung dieser Frauen und Männer, beispielsweise indem sie sich als bedingungslose Anwälte ihrer Patienten verstehen und auf eine kritische Distanz oder Skepsis sowie detektivische Nachforschungen über

nachprüfbare Aussagen ihrer Patienten weitgehend verzichten.

Der unkritischen Gutgläubigkeit steht eine Besserwisserei der Behandler gegenüber. Freud und andere Tiefenpsychologen hatten viel dazu beigetragen anzunehmen, Hysterikerinnen „machen“ ihre Symptome. Tatsächlich ist Hysterie nicht Schwäche oder moralischer Mangel oder Verstellung, sondern ein kulturell geformtes Stress- und Angstsymptom. Die sozialen Konflikte, die hysterische Beschwerden verursachen, sind real. Allgemein kann angenommen werden, dass Hysterie eine Körpersprache des vor allem weiblichen Aufbegehrens gegen die patriarchalische Unterdrückung ist. Diese Menschen befanden oder befinden sich in psychischen Ausnahmesituationen, aus der sie in eine partielle Verantwortungslosigkeit fliehen, indem sie zwischen sich und den Ursachen trennen.

Die Diagnose der Hysterie ist heute oftmals noch diskriminierend und hat einen beleidigenden Klang. Psychische Störungen werden von vielen nicht als echte Krankheiten anerkannt. In der Bevölkerung und teilweise noch unter Ärzten gelten psychische Störungen als unbegreiflich oder als Simulation. Die Gabe von Ritalin (Methylphenidat) beispielsweise wird weiterhin bekämpft. Kinder mit den Symptomen Aufmerksamkeitsdefizit und Hyperaktivität (ADHS) dürften von desinteressierten Eltern „nicht mit Chemie vollgepumpt und gefügig gemacht werden“, heißt es oft. Ritalin werde von verantwortungslosen Ärzten gedankenlos für ein erfundenes Problem verschrieben und fülle nur die Kassen profitsüchtiger Pharmakonzerne. An dieser Stelle greift das erwähnte anti-psychiatrische Grundgefühl ein, welches ADS und ADHS als harmlose Abweichung und lustige Lebendigkeit definiert, während Eltern und Ärzte alles daran setzen, diese Kinder ruhig zu stellen, um sich nicht engagieren zu müssen.



## Heutige Hysterie-Definition

Die Ätiologie der Hysterie schwankte jahrhundertlang zwischen körperlichen und geistigen Ursachen oder einer Kombination von beidem. Zudem wurde unter Hysterie eine uneinheitliche Fülle unterschiedlichster Symptome gefasst, eben weil nicht *die eine* Ursache angegeben werden konnte. Pierre Janet beispielsweise nahm eine hereditäre, also vererbte Vulnerabilität (Krankheitsbereitschaft) an, die von zufälligen Einflüssen, vor allem traumatischen Erlebnissen „getriggert“, also angeschoben werden könne. Andere Autoren wie Freud, Adler und Jung schlossen körperliche Ursachen für Neurosen und Hysterien grundsätzlich aus (Adler dann aber auch für Psychosen und Schizophrenien, womit er eindeutig falsch lag). Paul Julius Möbius definierte 1888 die Hysterie als alle diejenigen krankhaften Erscheinungen, die durch *Vorstellungen* verursacht sind, man könnte sagen durch falsche Kognitionen. Aber wo kommen diese her, aufgrund welcher Einflüsse entwickelten sie sich im Individuum? Eine zweite Meinung nahm an, gravierende Erlebnisse, die falsch verarbeitet werden oder wegen ihrer überwältigenden Kraft nicht verarbeitet werden können, seien ursächlich. Wieder blieb eine Lücke in der Erklärung: Warum erkranken einige und andere nicht? Gibt es doch eine persönliche (eventuell auch körperliche) Vulnerabilität?

Freud führte für „Hysterie“ den Begriff Konversionsneurose ein, weil sich hier nach seiner Ansicht psychisches Leiden in körperliche Symptome umwandeln (konvertieren). Diese Umbenennung hat sich nicht durchsetzen können, weil später erkannt wurde, dass nahezu jedes psychische Leiden körperliche Symptome hervorrufen kann, dass dies aber nur in wenigen Fällen passiert, dass nur in seltenen Fällen das körperliche Symptom ein Ausdruck bzw. Symbol der seelischen Probleme ist und dass die Symptome keineswegs hysterische Merkmale aufweisen müssen. Freuds sexuelle Ätiologie (sexueller Missbrauch, kindliche Doktorspiele, sexuelle

Verführung bürgerlicher Knaben durch Dienstmädchen, Inzestwünsche, Masturbation, Onanie, Impotenz, Frigidität, erzwungene sexuelle Enthaltbarkeit) der Hysterie ließ sich ebenfalls nicht bestätigen – was den meisten von vorn herein klar war, nur den Psychoanalytikern nicht. Noch bis 1952 wurde der Begriff Hysterie als Sammelbegriff für eine Vielzahl nicht klar umrissener und meist weiblicher Beschwerden verwendet, bis er von der American Psychiatric Society aus ihrer Liste der Krankheiten gestrichen wurde.

Die Autoren der *International Classification of Diseases (ICD)* haben aus diesem Durcheinander einen Ausweg gesucht, indem sie die Ursachen von Krankheiten als Leitlinie zur Klassifizierung von psychischen und psychiatrischen Krankheiten aufgaben und sich ganz auf die Beschreibung der Symptomatik konzentrierten. Sie verzichteten auf Begriffe wie Neurose, Psychose und Endogenität und ersetzten diese durch deskriptive „Störungen“. Eine Störung wird definiert als eine erhebliche Beeinträchtigung einer oder mehrerer normaler Lebensfunktionen. Die ICD-Autoren anerkannten, dass fast jede psychische Krankheit von weiteren Krankheitsbildern begleitet wird (Komorbidität). Depressionen werden nicht nach mutmaßlichen Ursachen, sondern nach Schweregrad und Verlauf geordnet. Dafür nahmen sie so unscharfe Entitäten wie Dysthymia und Zykllothymia auf, weil sie in vielen Ländern (weniger in Deutschland) gebräuchlich sind. Und auch die Hysterie wurde gestrichen und zur selten vorkommenden „histrionischen Persönlichkeitsstörung“ umdefiniert (ICD-10: F60.4; DSM-IV: 301.50). Diese hat kaum noch etwas mit der Hysterie zu tun, wie schon die Wortstämme zeigen: Die „Hysterie“ ist abgeleitet aus der Gebärmutter, das Histrionische aus dem Lateinischen *histrion* für Schauspieler. Umgangssprachlich ist die Hysterikerin heute eine aufdringliche, emotional übertriebene, extravertierte, außergeleitete, manipulative, provokante, sich unangenehm in den Mittelpunkt spielende Person, die mit der epileptischen Form der klassischen Hys-

terie nichts gemein hat. Die übrigen Formen der früheren Hysterie sind in verschiedene andere Kategorien eingegangen, so in die Konversionsstörung, die somatoforme Störung und die dissoziativen Störungen, die bis zu Lähmungen und Blindheit führen können.

Und auch das Zustandekommen der ICD-Handbücher offenbart einen neuen, von den Forschungen bis zum Zweiten Weltkrieg gänzlich verschiedenen Stil. Bis etwa Mitte des 20. Jahrhunderts wurden Forschungsergebnisse von fleißigen Einzelpersonen oder kleinen Teams an einzelnen Kliniken generiert. In den frühen 1960er Jahren begann sich die Weltgesundheitsorganisation WHO im Rahmen ihres Programms für seelische Gesundheit für eine Verbesserung der Diagnostik und Klassifikation einzusetzen. In

einer internationalen Vernetzung von Einzelpersonlichkeiten, Fachgesellschaften und unterschiedlichen psychiatrischen Schulen wurde anhand empirischer Mittel und anderer sinnvoller Forschungsmethoden ein Handbuch für sämtliche Krankheiten erstellt, darunter der Teil F für psychische Erkrankungen. Die unterschiedlichsten Traditionen und Kulturen weltweit wurden einbezogen, in einer Reihe von Arbeitstreffen der ICD-Text erstellt und ein Forschungsprogramm in 40 Ländern aufgelegt. Die Zeit einzelner charismatischer Schulenvertreter, die glauben, das Fach in seiner Gesamtheit zu beherrschen, ist damit vorbei. Die ICD in der nunmehr 10. Revision ist der Höhepunkt einer langjährigen internationalen Gemeinschaftsleistung.

## 6. Wie weit reicht unsere Erkenntnis?

---

Ist die Tiefenpsychologie überhaupt eine Wissenschaft? Ist der Schulenstreit nicht Beleg für eine radikale Subjektivität in der Anschauung vom menschlichen Wesen und dessen Psyche? Hatte nicht Karl Popper namentlich der Psychoanalyse und der Tiefenpsychologie (und vor allem dem Marxismus) die Wissenschaftlichkeit mit guten Gründen abgesprochen? Und musste sich die Tiefenpsychologie unbedingt mit Haut und Haaren den Geisteswissenschaften verschreiben, bei gleichzeitiger Verspottung der Naturwissenschaften? In diesem Kapitel wird es noch einmal grundsätzlich: Was kann der Mensch über sich selbst erfahren? Wie weit reicht die Erkenntnis über uns selbst? Wie sicher ist dieses Wissen?

In der Wissenschaft von der Erkenntnis (griech. *gnosis*) spielt die Frage „Was kann ich wissen?“ eine größere Rolle als die unbestreitbar auch wichtigen Fragen „Was soll ich tun?“ und „Was darf ich hoffen?“ Die erste Frage hat vor der zweiten und dritten Vorrang, als letztere nicht beantwortet werden können, wenn erstere nicht geklärt ist. Unter welchen Bedingungen sind Erfahrung bzw. Erkenntnis von Gegenständen und Tatsachen möglich und wo liegen die Grenzen der Erkenntnis? Wie gelangt der Mensch zu verlässlichem Wissen, auch über sich? Die Frage durchzieht die Philosophie wie ein roter Faden und lässt die Philosophen nicht ruhig schlafen. Die Lösungsversuche unterscheiden sich beträchtlich. Die früheren Versuche bereiteten aber die späteren vor, so dass sich Stufen ergeben, über den der Weg der Erkenntnisphilosophie verläuft.

Was wollte uns zum Beispiel Platon mit seinem Höhlengleichnis sagen? Zunächst einmal geht es um das Erkenntnisproblem. Was kann der Mensch erkennen? Die Erfah-

rungswelt der angeketteten Menschen in der Höhle ist begrenzt. Zugleich drückte Platon mit dem Gleichnis aus, dass es weitere Dimensionen der Wirklichkeit gibt, die man entdecken kann, wenn man sich vom ersten Eindruck, vom sinnlich Wahrnehmbaren löst, also die reine Phänomenologie hinter sich lässt. Mit Platon und anderen Philosophen kann man annehmen, dass der Mensch die wahre Wirklichkeit zunächst nicht sieht, dass er aber den Bereich des Augenscheinlichen transzendieren kann, wenn er mutig genug ist. Nur wie weit? Es wäre verlockend, in die Antike zurück zu gehen, wo schon heftig über den Wahrheitsgehalt von Erkenntnis gestritten wurde, und wo zwischen dem Wahrheitsabsolutismus der klassischen griechischen Philosophie und der subjektivistischen Reaktion der Sophistik zu unterscheiden wäre.

### Empirismus und Rationalismus

Es gibt zwei grundsätzlich unterschiedliche Herangehensweisen an das Erkenntnisproblem. Die eine ist der Empirismus, die andere der Rationalismus.

Der Empirismus wurde vor allem von englischen Philosophen geprägt. Die wichtigsten sind Thomas Hobbes, John Locke, George Berkeley und David Hume. Ihnen ist gemeinsam, dass sie Fakten ohne Spekulationen suchten. Sie bauten auf sinnliche Erfahrungen, Beobachtungen, Zahlen und überprüfbare Tatsachen. Alle Erkenntnis beruhe primär auf sinnlicher Wahrnehmung. Der Empirismus könnte auch Pragmatismus heißen: Wahr ist, was sich in der Wirklichkeit wiederfindet. Eine wichtige Methode des Empirismus ist die Induktion, das Gewinnen von allgemeinen Erkenntnissen aus speziellen (begrenzten) Beobachtungen.

Der Rationalismus wurde geprägt von mitteleuropäischen Philosophen wie René Descartes, Baruch Spinoza, Gottfried Wilhelm Leibniz und Immanuel Kant. Der Rationalismus lässt dem rationalen Denken eine Priorität zukommen, und zwar gegenüber anderen Erkenntnisquellen wie etwa der empirischen Sinneserfahrung (oder dem religiösen Empfinden). Diese Männer glaubten an ein Wissen noch vor jeder Sinneserfahrung (*a priori*-Wissen), und sie meinten, dass sich die Grundsätze der Moral oder des Naturrechts aus der Anwendung reiner Vernunft (dem Nachdenken) ergebe. Obwohl diese Richtung Rationalismus genannt wird, scheuten die Genannten oftmals nicht vor weitreichenden Spekulationen zurück. Der Grund liegt darin, dass zu ihrer Zeit Verstand und Vernunft als dominant angesehen wurden oder sie wenigstens zu beherrschenden Kräften werden sollten. Das vernunftmäßige Schließen ergänzten sie um Reflexion und teilweise Intuition. Die Seele könne ein Erkenntnisinstrument sein. Ein Denkinstrument des Rationalismus ist die Deduktion, das Schlussfolgern von gegebenen Prämissen auf logisch zwingende Konsequenzen (vom Allgemeinen auf das Besondere).

Das heißt nicht, dass Rationalisten die sinnliche Erfahrung als Erkenntnisquelle generell ablehnen würden – und Empiristen die Vernunft. Tatsächlich sind in den Texten rationalistischer Philosophen immer auch empiristische Elemente zu finden und umgekehrt. Beide Seiten nahmen für sich in Anspruch, die objektive Struktur der Wirklichkeit erkennen zu können. Doch in den wissenschaftlichen Auseinandersetzungen wurden beide Positionen auf ihre unvereinbaren Extrempositionen zugespitzt; sie schenkten sich dabei nichts.

Dem Empirismus wurde vorgeworfen nicht zu erkennen, dass die Reichweite und die Zuverlässigkeit der sinnlichen Wahrnehmung, der Erfahrung, der Beobachtung oder des Experiments begrenzt seien. Empiristen

seien zahlenfixiert. Sie würden nicht berücksichtigen, dass das erkennende Subjekt seine neue Erkenntnis durch seine Vorerkenntnis bereits aktiv strukturiert. Es gebe kein interesseloses Erkennen, jeder habe seine Absichten, Zwecke und Ziele.

Dem Rationalismus wurde vorgeworfen, dass die Reichweite des reinen Denkens begrenzt sei und dass Denken und Intuition reichlich unzuverlässige Maßstäbe für Erkenntnis seien. Die Rationalisten würden sich in unfruchtbaren Spitzfindigkeiten verlieren und Aussagen über Seinsbereiche treffen, die nicht der Erfahrung zugänglich sind und außerhalb der Erscheinungswelt lägen (Metaphysik). Es kann kein geistiges Denken ohne körperliches Empfinden geben.

Beide Strömungen trafen sich nach vielen Auseinandersetzungen im Eingeständnis, dass das Subjektive des Erkennenden kaum auszuklammern sei, man also immer mit den Vorerfahrungen, Vorurteilen und speziellen Erkenntnisinteressen des forschenden Subjekts rechnen müsse, welche die Ergebnisse unausweichlich beeinflussen, wenn nicht gar verfälschen. Auch die reine naturwissenschaftliche Empirie ist davon nicht ausgenommen. Stimmung und Befindlichkeit färben den Erkenntnisprozess. Beide, Empiristen und Rationalisten, standen den Skeptikern entgegen, die das Erlangen sicherer Erkenntnis für letztlich unmöglich hielten. Die ältere Metaphysik hatte das Ideal vollkommener Wirklichkeitserkenntnis konzipiert und mit spekulativen Mitteln darzustellen versucht, sich aber nicht gegen skeptische Einwände abzusichern vermocht.

## Skeptizismus

Die Vertreter des Skeptizismus machen es sich einfach. Sie treffen selbst keine Aussagen über die Wirklichkeit, sondern unterziehen Philosophien einer kritischen Diskussion. In der Regel beruhen Denksysteme auf gedanklichen Voraussetzungen, die selbst nicht

bewiesen oder nicht beweisbar sind. In ihren extremen Exemplaren bestreiten sie grundsätzlich die Möglichkeit einer wahren Erkenntnis. Um die Mitte des 18. Jahrhunderts wurde der Glaube an die Vernunft als Mittel der Erkenntnis der Wirklichkeit schwer erschüttert. Humes Skeptizismus bedeutete die Absage an den Glauben einer denkunabhängigen Wirklichkeit und an den Glauben an die universelle Verbindlichkeit moralischer Gebote.

Die Berufung auf Gott als letzte Instanz, beispielsweise Max Scheler in seiner Wertethik, halten Skeptiker für eine unverzeihliche gedankliche Eiselei. Religiöse Überzeugungen beruhen auf erkenntnistheoretisch nicht diskutierbarem Glauben, nicht auf Wissen. Die Suche nach Wesenheiten oder Eigenschaften („das wahre Wesen des Menschen“, der Dinge) halten sie für Zeitverschwendung. Der Rationalismus begann mit Platon, der behauptete, es gebe „Dinge an sich“, die schon immer existieren, und die der Mensch in seinen höheren Exemplaren, also von Philosophen (wie ihn), erkannt werden könnten. Das wurde spätestens mit der Aufklärung als Ding der Unmöglichkeit zurückgewiesen, aber einige (vor allem deutsche) Philosophen versuchten, das Rad zurück zu drehen. Martin Heidegger beispielsweise, der „das Dasein“ ergründen und beschreiben wollte – ein Dasein, das vor aller menschlichen Betrachtung und Intention existiert. Da er dazu seine menschliche Denkfähigkeit einsetzte, konnte das Ergebnis nicht wirklich überzeugen, ganz abgesehen davon, dass es in einer kaum verständlichen Sprache schrieb.

Die skeptische Richtung jedenfalls verzichtet auf Letztbegründungsversuche. Der Skeptizismus, so Wilhelm Weischedel in seiner *Skeptischen Ethik* 1976, darf aber nicht zum Dogmatismus werden; es ist Skepsis gegenüber dem Skeptizismus angebracht. Wenn es auch keine eindeutigen erkenntnistheoretischen Antworten mehr gibt, so bliebe aber doch das radikale, an die Wurzel gehende

Fragen weiterhin gültig. Weischedel nennt dies einen „offenen Skeptizismus“. Jede sich als gewiss anbietende Wahrheit wird auf ihre Tragfähigkeit hin untersucht. Das heißt nicht, dass es keine Antworten geben dürfte, aber diese Antworten sind – nach dem gegenwärtigen Stand der Erkenntnis – allesamt begrenzt, vorläufig und subjektiv gefärbt.

### Immanuel Kant und das moralische Gesetz

Der Skeptizismus wurde vom Aufklärer Immanuel Kant (1724–1804) ganz entscheidend mit vorbereitet. Er liegt zwischen Empirismus und Rationalismus. Aufbauend auf dem englischen Empiriker David Hume, der das „Ding an sich“ für unerkennbar hielt, erkannte Kant zwar die objektive Existenz der „Dinge an sich“ außerhalb des menschlichen Bewusstseins noch an, konstatierte aber eine unüberschreitbare Kluft zwischen der Welt an sich und der Welt der Erscheinungen. Ähnlich wie Hume sprach er nur der Mathematik wahrhaft wissenschaftlichen Charakter zu, weil allein dort absolute Notwendigkeit und Allgemeingültigkeit herrsche, während alles empirische, auf Erfahrung und Beobachtung basierende Wissen nicht unbedingt zuverlässig sei. Auch könne der Mensch nur erkennen, was im Rahmen der Fähigkeiten der Sinnesorgane des Menschen liege. Wie auch immer die Natur dem Menschen erscheint, geordnet werde sie im menschlichen Gehirn. Der Mensch erschaffe sich mit seinem Geist eine Ordnung, die er der Natur überstülpt. Mit seinem Wahrnehmungsapparat und seinem Verstand strukturiere der Mensch die Welt. Kant nannte dies Transzendentalphilosophie bzw. Kritizismus, zwei unglückliche Begriffe, die mehr verwirren als die Richtung angeben. Wie unter Philosophen üblich, verallgemeinerte er diesen Satz ins Grobe. Der Verstand, schrieb er in seiner *Kritik der reinen Vernunft*, schreibt seine Gesetze der Natur vor.

Eine Eigenart des Kantischen Denken ist es, dass er den Glauben an Gott oder die Seelen

für notwendig hielt, um als ethischer Mensch leben zu können, obwohl diese „Erscheinungen“ nicht bewiesen werden können. Kant suchte das wirksame Gesetz der Moral im Menschen und kam auf den guten Willen. Diesen guten Willen goss er in ein unverrückbares Gesetz, den Kategorischen Imperativ: „Handle stets so, dass die Maxime deines Willens jederzeit zugleich als Prinzip einer allgemeinen Gesetzgebung gelten könne.“ Dann machte Kant einen philosophischen Fehler, indem er aus dem durchaus zu beobachtenden Wunsch, gut zu sein, ein Sollen machte. Zur „wahren Natur“ (die Kant eigentlich im Menschen nicht zu entdecken für möglich hielt) gehöre das moralische Gesetz. So wurde für ihn die Verpflichtung zum Gutsein so etwas wie ein Naturphänomen, ähnlich dem Himmel und der Sterne. Der Mensch, der das moralische Gesetz des Gutseins in sich hört, ist ein guter Mensch, der gute Handlungen vollbringt.

Kant hatte dargelegt, warum der Mensch kaum anders kann, als die Welt in seinem Kopfe nach subjektiven Kriterien zu ordnen. Die Existenz eines moralischen Gesetzes in jedem Menschen musste deshalb umstritten bleiben. Der Begründungsversuch Kants war aber epochal, weil er versuchte, Moral ohne Gottes Einfluss im Menschen zu induzieren. Heute wissen wir dank Evolutionstheorie, Primatenforschung und Hirnphysiologie, dass der Einzelne einen Vorteil davon hat, sich Freunde zu machen, Unterstützung zu holen und die Belange seiner Gemeinschaft mit im Auge zu behalten. Kant standen diese Erkenntnisse noch nicht zur Verfügung. Er betonte die Kraft der Vernunft. Die Vernunft sei es, die uns sagt, dass wir gut sein sollen. Doch wie man heute weiß (und vielleicht schon damals wissen konnte), bestimmt das Unbewusste mindestens ebenso wie das Bewusstsein die menschlichen Gefühle und Handlungen.

## Arthur Schopenhauer und die Negation der Willensfreiheit

Noch radikaler als Kant postulierte Arthur Schopenhauer, dass der Mensch nicht in der Lage sei, die Welt objektiv zu erkennen. Was der Mensch erkennen könne, sei nur das, was sein säugetierstrukturiertes Gehirn ihm zu sehen erlaubt. Kant hatte immerhin noch angenommen, dass das Gehirn und damit der Mensch vernunftbegabt seien und im Großen und Ganzen davon auch Gebrauch machen. Schopenhauer hingegen traute dem wachen Bewusstsein kaum etwas so Kluges wie Vernunft zu. Sein Menschen- und vor allem sein Frauenbild waren düster. Der Mensch werde von dem getrieben, was Schopenhauer den „Willen“ nannte, ein dumpfer, unreflektierter und egoistischer Trieb. (Man versteht Schopenhauer besser, wenn man „Wille“ durch „unbewussten Trieb“ ersetzt.) Das Unbewusste dominiert die Vernunft, nicht (wie Kant annahm) umgekehrt. Damit stellte Schopenhauer eine der brisantesten philosophischen Fragen überhaupt: die nach der Willensfreiheit. Wenn es keinen freien Willen gibt, dann spielt die Vernunft eigentlich keine Rolle, und auch nicht der kategorische Imperativ.

Schopenhauers philosophisches Postulat erfuhr scheinbar eine spektakuläre Bestätigung durch die physiologische Hirnforschung seit Mitte der sechziger Jahre. In Untersuchungen wurde festgestellt, dass zwischen der Absicht, eine bestimmte (Hand-)Bewegung auszuführen, bis zur tatsächlichen Handlung eine halbe Sekunde vergeht. Diese kleine Zeitspanne, bevor die Hand zur Teetasse greift, wird von den Testpersonen nicht bemerkt. Anders gesagt, die Probanden hatten sich entschieden zu handeln, eine halbe Sekunde bevor sie diese Entscheidung wussten. Ein vorbereiteter Reflex im Kortex liegt vor der bewussten Handlung. Kann es sein, dass das Gehirn Willensprozesse abbildet, bevor der Mensch sich dieses Willens überhaupt bewusst wird? Und bedeutet das

das endgültige Aus für die philosophische Idee von der menschlichen Willensfreiheit?

Doch die Experimente des Amerikaners Benjamin Libet Anfang der 1980er Jahre waren zu simpel, als dass sie unsere althergebrachten Vorstellungen vom Willen zertrümmern könnten. Bei den Experimenten ging es um einfache Handbewegungen. Wie aber steht es mit Spiritualität, Kreativität, Fantasie und überhaupt allen komplexen Entscheidungen? Die Hirnforschung ist weit davon entfernt, so etwas messen zu können. Libets Messergebnisse führen zu neuen Fragen: Wer oder was setzt den ersten Impuls? Und müsste dieser Impulsgeber nicht auch wiederum einen vorgelagerten Impulsgeber haben? Die Frage scheint falsch gestellt. Es gibt verschiedene Areale für komplexe geistige Tätigkeiten wie beispielsweise Pläne schmieden, Entscheidungen treffen oder moralisches Empfinden. Viele verschiedene Gehirnregionen sind beteiligt, und es fällt schwer, ein steuerndes Zentrum zu erkennen, zumal bei verschiedenen Menschen bei gleichen Aufgaben unterschiedliche Areale aktiv sind. Gefühle, Denken und soziales Verhalten sind immer gleichzeitig am Werk, Gefühl und Vernunft verschränken sich.

Der Berliner Wissenschaftsjournalist Bas Kast macht daraus eine These: Wer denken will, muss auch fühlen können. Intuition sei immer im Spiel und helfe uns, Entscheidungen ohne viel Nachdenken zu treffen. Seines Erachtens sind es sogar die besseren Entscheidungen. Intuition funktioniere dann gut, wenn man ausreichendes und umfangreiches Wissen angesammelt hat. Der Verstand sei ohne die Unterstützung der Emotion ein zahnloser Tiger, unfähig, das, was er für richtig hält, auch durchzuziehen.

### **Romantik und Idealismus**

Es wurde versucht, zu anderen Erkenntnisinstrumenten als der reinen Verstandestätigkeit zurückzukehren. Damit verbanden sich in den ersten Jahrzehnten des 19. Jahrhun-

derts oft spekulative Auffassungen, die nicht mehr rationalen, sondern ästhetischen oder mystischen Charakter hatten, wie sie für die Romantik kennzeichnend wurden. Die Romantik war die Reaktion auf den Rationalismus der Aufklärung. Die Lebensphilosophie beispielsweise ist ein Abkömmling der Romantik. Sie versuchte, die Lebenswelt des Menschen nicht auf der Ebene des Verstandes, sondern auf der des Gefühls, des Triebs, des Wollens oder der Intuition zu erfassen. Bei Nietzsche kam diese anti-intellektuelle Auffassung am deutlichsten zum Ausdruck. Auch die Theorien des Verstehens waren ein Versuch, die Lebenszusammenhänge auf einer Ebene unterhalb des Verstandes und der Rationalität zu bestimmen. Die Tiefenpsychologie hat viel von dieser Geisteshaltung übernommen, ob man das nun begrüßen oder bedauern mag.

Zu den schärfsten Gegenpositionen zum Positivismus und verwandten Richtungen gehört die Existenzphilosophie, die von Sören Kierkegaard und Martin Heidegger ausging. Die Existenzphilosophie steht im erklärten Gegensatz zur verstandesorientierten Aneignung der Welt; demgegenüber soll nach Ansicht der Existenzphilosophie das Verhältnis des menschlichen Daseins zur Welt ursprünglicher bestimmt werden. Im Sinne Kants und seinen Nachfolgern bleibt jedoch zu fragen, ob unabhängig vom Verstand die Welt und ihre Dinge überhaupt erfahren werden können. „Eine der Schwächen des Deutschen Idealismus bestand in der Unfähigkeit, der Denkweise der modernen Naturwissenschaft gerecht zu werden“, schreibt Wolfgang Röd 1994 auf den Eingangsseiten seines zweibändigen Werkes *Der Weg der Philosophie*.

Immer wieder haben sich vor allem deutsche Philosophen gegen die Kant'sche Erkenntnisbegrenzung aufgelehnt. Einer von ihnen ist Edmund Husserl, Begründer der Phänomenologie, mit deren Hilfe er ab 1900 die Philosophie als strenge Wissenschaft im Sinne objektiver Naturwissenschaften zu

begründen suchte. Er forderte dazu auf, sich als Forscher ganz an das zu halten, was sich den Sinnen und dem Bewusstsein unmittelbar (phänomenal) bietet. Phänomenologie als „Wesensschau des Gegebenen“ soll die voraussetzungslose Grundlage allen Wissens sein. Die Feststellung objektiv gültiger Tatsachen durch reines Nachdenken sei möglich.

Die Phänomenologie nimmt eine uneindeutige Zwitterstellung ein. Einerseits behauptete sie, mit der reinen Anschauung und also mit dem Geist zur Erkenntnis von Wesenheiten gelangen zu können. Zugleich vertrat sie die Auffassung, dass es Erkenntnisgewinn nicht unabhängig vom Subjekt und seiner geschichtlichen Umwelt gebe. Husserl wies darauf hin, dass das Bewusstsein immer schon auf einen Gegenstand gerichtet ist, Bewusstsein ist intentional, d.h. eben *nicht* voraussetzungslos. Zudem legt das Bewusstsein das Aufgenommene und Gesehene in einem fast gleichzeitigen Denkakt aus. Intentionen werden gefärbt durch Wünsche, Interessen oder vorausgegangene Urteile. An diesem Dilemma konnte Husserl nicht vorbeisehen.

Er versuchte es zu umgehen, indem er all die mitschwingenden Einflüsse auszuklammern oder zu neutralisieren versuchte. Er nannte das „Epoché“, was Einklammerung, Ausschaltung, Dahingestelltseinlassen, Urteilsenthaltung und Reduktion bedeutet. Mit dem Vollzug der Epoché erschließe sich die Selbstgegebenheit der Dinge im Sinne des Sich-von-sich-selbst-her-zeigens.

Aber in Wirklichkeit können wir uns des Urteils gar nicht enthalten; der Phänomenologe müsste von sich selbst absehen. Zugleich ist die Ausschaltung bereits ein vor der phänomenologischen Analyse gesetzter Willensakt und eine Vorbedingung der Phänomenologie, so dass bereits eine Entscheidung, eine innere Haltung und ein Urteil vorliegen, wenn die Analyse begonnen wird.

An Husserl lässt sich zeigen, wie Rationalismus in Idealismus umschlägt. Voraussetzung der Husserl'schen Erkenntnis ist das transzendente, von sich selbst absehende, theorieleiose und leiblose Ich, dem das Wesen einer Sache direkt offenbart wird. Gleichzeitig sind alle Akte des Bewusstseins sinnstiftend und sie konstituieren überhaupt erst ihre Gegenstände. Diesen Widerspruch konnte Husserl nicht lösen, wie überhaupt die Epoché, das Absehen von sich selbst und von aller Vorerfahrung, ein Ding der Unmöglichkeit ist. Darauf wies schon 1910 der junge Medizinstudent Franz Alexander hin. Er wurde daraufhin von Husserls Vorlesung ausgeschlossen.

Jede Erkenntnis hat einen „Leib-Apriori“, ohne Leib keine Erkenntnis – und überhaupt kein Geist. Der Mensch kann nicht von seiner biologischen Abhängigkeit absehen und damit auch nicht von der Struktur seines Gehirns. Diese Abhängigkeit determiniert ein Stück weit sein Erkenntnisinteresse und seinen Erkenntnishorizont. Was man von Husserl mitnehmen kann, ist die Aufforderung, als denkender Mensch über seine Vorerfahrung und seine Vor-Urteile zumindest zu reflektieren und deren Einfluss zu begrenzen.

In seinem Spätwerk bedauerte Husserl, dass die modernen Wissenschaften mit ihrem Anspruch, die Welt objektivistisch zu erfassen, die Fragen der Menschen nach dem Sinn des Lebens nicht mehr beantworten. Einen Zugang dazu versprach sich Husserl von der Rückbesinnung auf die „Lebenswelt“. Die Lebenswelt, als zentraler Begriff, ist für Husserl die menschliche Welt in ihrer vorwissenschaftlichen Selbstverständlichkeit und Erfahrbarkeit – in Abgrenzung zur oftmals künstlichen Welt der Wissenschaften. Auch diese Intention Husserls ist (für ihn offenbar unerkannt) unvereinbar mit seiner „reinen“ Phänomenologie.



Aber auch der Empirismus und der Positivismus mussten Kritik einstecken. Es zeigte sich, dass auf konsequent empiristischer Grundlage kein Kriterium formuliert werden konnte, das die Unterscheidung von sinnvollen und sinnlosen Äußerungen erlaubte. Auch können sich nicht alle naturwissenschaftlichen Phänomene allein auf Beobachtungen zurückführen. Und drittens lassen sich mit isolierten Beobachtungsdaten keine Hypothesen verifizieren.

### **Ist die Tiefenpsychologie eine Wissenschaft?**

Die Tiefenpsychologie erwuchs aus der Psychoanalyse und der Individualpsychologie. Beiden Schulen sprach Karl Popper die Wissenschaftlichkeit ab – neben dem Marxismus. Popper, einer der wichtigsten Philosophen und Erkenntnistheoretiker der Neuzeit, war Anfang der 1920er Jahre in Wien mit diesen drei Strömungen bekannt geworden. Er kam zufällig in persönlichen Kontakt mit Alfred Adler und war eine Zeit lang sein Mitarbeiter in einer der Beratungsstellen für Kinder und Jugendliche, die Adler in den Arbeitervierteln Wiens eingerichtet hatte. Soziologische und psychologische Theorien haben seit jeher damit zu kämpfen, dass sie viel weniger exakt sind als beispielsweise die mathematische Physik (mit der sich Popper damals ebenfalls beschäftigte). Popper hatte das Gefühl, die drei genannten Theorien – Marxismus, Psychoanalyse und Individualpsychologie – hätten mehr mit Mythen gemeinsam als mit der Naturwissenschaft – sie stünden der Astrologie näher als der Astronomie.

Die drei Theorien schienen gleichwohl große Erklärungskraft zu haben, wie wenn sie auf alle Fragen in ihrem Anwendungsbereich eine Antwort fanden. Ihr Studium war faszinierend, es gingen einem die Augen auf. Wenn einem erst mal die Augen geöffnet wurden, dann konnte man überall bestätigende Beispiele finden, die die Theorie für richtig erklärten. Mit anderen Worten: Die

Welt war übervoll mit *Verifikationen* der Theorie. Die Marxisten sahen überall das Proletariat voranmarschieren und das Kapital zusammenbrechen, die Psychoanalytiker bemerkten überall den Ödipuskomplex am Werk und die Individualpsychologen erkannten in jedem Menschen einen Minderwertigkeitskomplex. Was immer sich ereignete, war eine Bestätigung für sie. Wer diese Wahrheit nicht sehen wollte, hatte entweder ein reaktionäres Klasseninteresse, unanalytisierte Verdrängungen und Widerstände oder kein Gemeinschaftsgefühl. Adler hatte, schreibt Popper in seiner Autobiographie, nicht die geringste Schwierigkeit, ausnahmslos alle Fälle in seinem Sinne zu interpretieren und als einen Fall von Minderwertigkeitsgefühl zu diagnostizieren. Die Psychoanalyse ging genauso vor, kam aber zu völlig anderen Schlüssen im Sinne ihrer Theorie. Es war praktisch unmöglich, ein menschliches Verhalten zu beschreiben, das nicht als jeweilige Bestätigung in Anspruch genommen werden konnte.

Poppers Wissenschaftstheorie und Philosophie nahm von diesen Überlegungen ihren Ausgang und führte in Gefilde, die weitab liegen von der Psychologie und uns hier nicht weiter zu beschäftigen brauchen. Auch wurde Popper angegriffen und kritisiert, natürlich von marxistischer und tiefenpsychologischer Seite, und nicht alles, was gegen Poppers Positivismus vorgebracht wurde, lässt sich so ohne Weiteres beiseitewischen. Eine Auseinandersetzung von Psychoanalyse und Individualpsychologie mit Popper ist hingegen nicht bekannt, was verschiedene Ursachen haben kann. Eine könnte darin liegen, dass Poppers Verdikt der Unwissenschaftlichkeit zumindest der frühen Psychoanalyse und Individualpsychologie kaum zu knacken ist. So schrieb 1972 Meinrad Perrez, emeritierter Professor für Klinische Psychologie an der Universität Freiburg (Schweiz): Die psychoanalytische Theorie enthalte eine Fülle von Ansätzen in Richtung wissenschaftliche Erklärung, die aber auf weiten Strecken den formalen wissenschaftlichen Kriterien nicht

zu entsprechen vermögen. Die Hypothesen und Generalisierungen könnten nicht als wissenschaftlich bewährt betrachtet werden. Sie seien zu undeutlich formuliert und damit nicht testbar, und die Beobachtung der freien Assoziation sei keine zuverlässige Methode. Diese Ergebnisse besagen, dass die psychoanalytische Theorie als Gesamtkomplex in wichtigen Hinsichten den wissenschaftlichen Status noch nicht erreicht habe.

1954 hieß es in einem Lehrbuch von William Mayer-Gross: „Freuds oberflächlich rationaler Ansatz unter dem Deckmäntelchen der Wissenschaft ist die heute vermutlich erfolgreichste Form von Gesundheitsbeterei.“ Alle Wissenschaft müsse durch eine Phase der Quacksalberei hindurch; die Psychoanalyse stehe vor der schweren Aufgabe, sich in eine wirkliche Wissenschaft zu verwandeln. Für Edward Shorter ist die Psychoanalyse ein intellektuell anspruchsvoller Zeitvertreib, ähnlich einem Jahresabo für die Oper. Sie verhilft einem zu gewissen Einsichten in das eigene Innere, doch im Grunde hält Shorter sie für wissenschaftlich bankrott, die Nachweise für eine biologische Genese psychischer Krankheiten würden sich häufen.

Kaum ein Wissenschaftszweig dürfte so weit vom Objektivitätspostulat entfernt sein wie die Tiefenpsychologie. Anders ausgedrückt, in keinem Wissenschaftszweig dürften die subjektiven Erfahrungen des Beobachters so eine große Rolle spielen wie in der Tiefenpsychologie.

Popper wurde bekannt und berühmt für seine Forderung, wissenschaftliche Aussagen müssten widerlegbar, *falsifizierbar* sein. Das würde bedeuten, Psychoanalyse und Individualpsychologie müssten zu ihrer Verifizierung Ereignisse benennen, die *nicht* eintreten dürfen. Popper geht noch weiter und fordert, jede Theorie müsse *von sich aus* Experimente und Überlegungen angeben, die sie widerlegt. Konkret hätte das für Psychoanalyse, Individualpsychologie und Analy-

tische Psychologie bedeutet, aus praktischen Beobachtungen nicht nur frei erfundene Theorien zu formulieren, sondern anschließend Experimente anzustellen, die die Theorien widerlegen (falsifizieren) – oder bestätigen. Findet Widerlegung statt, heißt das noch nicht, dass eine Hypothese *falsch* ist, doch muss die Theorie überarbeitet oder bei weiterer Widerlegung beiseitegelegt werden. Wird die Theorie nicht widerlegt, heißt das nach Popper noch nicht, dass sie *wahr* ist, doch wird sie in ihrem Gehalt härter, wenn sie sich bewährt.

### Empirie: Beobachtung und Argument

Jedenfalls sollte seit Kant klar sein, dass die Gegenstandserkenntnis immer auf Beobachtungsdaten angewiesen ist, zugleich aber auch auf Deutungen innerhalb dieses Rahmens. Alle Vorstellungen, die ich mir von der Welt mache, so legte Kant dar, sind Vorstellungen in meinem Kopf. Mithilfe meiner Sinne mache ich Erfahrungen, mein Verstand formte daraus Vorstellungen, und meine Vernunft hilft mir, diese einzuordnen und zu bewerten. Freud, Adler und ihrer Epigonen bezogen sich auf ihre „klinischen Beobachtungen“. Beobachtungen sind Interpretationen im Lichte von Theorien. Man hat immer schon (oder doch zumindest meistens) eine Theorie im Kopf, wenn man beobachtet. Es gibt eine starke Tendenz im Menschen und damit auch im Wissenschaftler, Beobachtungen im Lichte der vorgefassten Theorie zu interpretieren. Das bedeutet, die Ergebnisse sind immer schon durch Vorerfahrungen und Interessen gefiltert. Das heißt nicht, dass alle Beobachtungen falsch sind, aber es verpflichtet dazu, sich der eigenen Vorerfahrungen und Interessen bewusst zu sein und Vorkehrungen zu treffen, diese zu minimieren.

Auch Empirie geht durchaus von Beobachtung und Erfahrung aus. Empirie impliziert allerdings mehr, nämlich ein systematisches *und* ein nachvollziehbares Vorgehen bei der

Sammlung und Auswertung von Beobachtungen, die im Lichte der Erfahrung gesammelt werden. Empirie ist mehr als das Sammeln von Daten und mehr als statistische Auswertung. Die Daten der frühen Tiefenpsychologie wurden sozusagen *im Feld* gesammelt, während *das Labor* als degoutant und abartig angesehen wurde. Als empirische oder Erfahrungswissenschaft kann die Tiefenpsychologie ihre Objekte und Sachverhalte (z.B. Verhaltensweisen von Menschen) prinzipiell nicht nur aus Beobachtung oder Befragung, sondern selbstredend auch durch Experimente untersuchen.

Die Theorien der frühen Schulengründer sind reich an Beobachtungen und an Nachdenken, aber auf einer dünnen empirischen Basis. Adler hatte eine Theorie, die wunderbarer Weise mit jedem Fall aufs Neue bestätigt wurde. Jung gab sich fast ganz der Spekulation hin und scherte sich nicht um Überprüfung. Eine Kritik zumindest an der frühen Tiefenpsychologie betrifft, wie schon weiter oben erwähnt, ihre unterentwickelte Empirie. Im Lichte der Aussagen über Empirismus und Rationalismus muss man heute die Forderung aufstellen, dass Empirie *und* Nachdenken, Beobachtungen *und* Argumente gleichermaßen nötig sind, um zu einigermaßen fundierten Aussagen (mit den genannten Einschränkungen) zu kommen. Es ist unmöglich, durch reines Nachdenken und ohne empirische Kontrolle einen Aufschluss über die Beschaffenheit der realen Welt zu gewinnen. Man darf nicht hinter Kant zurückfallen.

### Prämissen für eine tiefenpsychologische Forschung

Die „Natur des Menschen“ wird aus wissenschaftlicher Sicht von fast jeder Generation umgekrempelt und neu definiert. Der Erkenntnisfortschritt beschleunigt sich. Was vor 100 Jahren gültig war, als die Tiefenpsychologie erfunden wurde, gilt heute nur noch zum Teil. An die Wissenschaftlichkeit

werden neue Anforderungen gestellt. Einige Prämissen sollten dabei beachtet werden.

1. An früherer Stelle wurde bereits der fatale Hang zu unzulässigen Verallgemeinerungen bedauert. Was heute gefordert werden darf, sind spezifischere Aussagen und genauere Definitionen, die den früheren Reduktionismus ablösen. Das ist keine neue Forderung. Schon vor 100 Jahren wurden schwammige Aussagen, unzutreffende Beispiele und fragwürdige Schlussfolgerungen angeprangert. Die Reduktion von komplexem Leben auf einfache (mechanistische) Wirkungszusammenhänge ist die ständige Versuchung der empirischen Wissenschaft. Doch die Menschen sind verschieden, von ihrer grundlegenden Ausstattung her ebenso wie in ihren individuellen Reaktions- und Verarbeitungsformen. Aussagen über „den Menschen“ verbieten sich eigentlich, wenngleich zugegeben werden muss, dass sie leichter von den Lippen gehen als Eingrenzungen wie „der weiße, männliche Mensch der modernen westlichen Welt zwischen 20 und 40 Jahren“.
2. Schlüsselbegriffe wie Unbewusstes, Gemeinschaftsgefühl oder Extraversion müssen besser definiert werden, damit mit ihnen sinnvoll und gewinnbringend gearbeitet werden kann. Übertragung, Geltungsstreben, Gemeinschaftsgefühl, Verdrängung, Widerstand sind in der Psychologie nicht mehr das, was sie einst waren. Karl Popper hielt exakte Definitionen für nicht ganz so wichtig, ihn erregten Probleme und Theorien. Es würde reichen, meinte er, wenn zwei Gesprächspartner wüssten, wovon sie reden. Genau das ist hier gemeint. Nicht immer ist klar, wovon die Rede ist. Um Verwirrung zu vermeiden, sollte erläutert werden, was gemeint ist, besonders bei umstrittenen Begriffen. Die Schulengründer hantierten mit Begriffen, deren Inhalt ständig changierte. Adlers „Ge-

meinschaftsgefühl“ beispielsweise ist ein Begriff, an dem sich Individualpsychologen noch heute abarbeiten. Erschwerend kommt die Privatsprache großer Philosophen hinzu, die ihre Aussagen künstlich verrätselten.

3. Die dritte Maxime fordert eine Vielzahl von Erhebungsverfahren. Eine Scheu vor statistischen Erhebungen ist fehl am Platz. Alles, was der Erkenntnis dient, ist willkommen. Die Geisteswissenschaften dürfen und sollen heranziehen: verbale Äußerungen, Berichte, Lebensgeschichten, Therapieprotokolle, Selbstaussagen und Fremdinterpretationen; teilnehmende Beobachtungen aus dem Kindergarten und der Schulklasse und Experimente aus dem Labor; Messungen jeglicher Art am Gesamtindividuum wie an einzelnen Organen; philosophische Konstrukte, feine Interpretationen und tief-schürfende Einzelerfahrungen; Erkenntnisse und Ergebnisse aus allen Geistes- und Naturwissenschaften und nicht zuletzt der Vergleich von sorgfältig ausgewählten Gruppen. Der Vergleich von Gruppen kann entweder retrospektiv oder – wesentlich aufwändiger – prospektiv erfolgen. Jede Quelle kann zu einem weiteren (oder anderen) Ergebnis führen. Im Augenblick scheint die Erweiterung der Psychologie um biologische und hirnhysiologische Erkenntnisse besonders aufregend.
4. Die Ergebnisse der Auswertung des gesammelten Materials wird niemals absolut sein, sondern immer relativ. Das heißt, man wird in Wahrscheinlichkeiten sprechen müssen: Gab es ungewöhnlich viele negative Ereignisse im Leben eines Menschen, so ist eine pessimistische Voreingenommenheit bezüglich seiner selbst, der Welt und der Zukunft nicht unwahrscheinlich. Hingegen werden Patienten, die die Stressoren erfolgreich meiden und in einer relativ sicheren persönlichen Welt leben eine niedrige Rate von klinisch sichtbaren Persönlichkeitsstörungen aufweisen. Wer mit Wahrscheinlichkeiten rechnet, bekundet zugleich, dass die Kraft der Determination gering ist. Manchen Menschen gelingt es, ihr Verhalten zu ändern und die zu Grunde liegenden Einstellungen zu modifizieren. Nicht alle schüchternen Kinder entwickeln sich zu schüchternen Erwachsenen.
5. Individuelle Unterschiede können ebenso gut als *qualitative* Variationen betrachtet werden, die auf einem Kontinuum angeordnet sind. Dabei ist zu beachten, dass wichtige psychische Eigenschaften von mehr als einer Dimension allein definiert werden. Es gibt Extravertierte und Introvertierte, die mal im Alltag, mal in Krisensituationen hohe Sozialität zeigen. Je genauer hingeschaut wird, desto mehr fächert sich „der Mensch“ in immer kleinere, abgrenzbare Untergruppen mit verschiedenartigen Eigenschaftszusammensetzungen auf, die zudem in sich je nach Situation unterschiedlich reagieren. Überhaupt sind die tradierten Typenlehren in ihrer Holzschnittartigkeit fragwürdig geworden. Das was man in der Alltagspsychologie kennt, ist wahrscheinlich zum großen Teil falsch bzw. trifft immer nur auf einen Teil der Bevölkerung zu. Nicht alle erleiden eine psychische Verwirrung in der präödpalen Phase, nicht alle haben ein psychisch dominierendes Minderwertigkeitsgefühl, nicht alle spüren Archetypen in sich wirken.
6. Die großen Namen dürfen nicht von Kritik verschont werden. Die Tiefenpsychologie litt jahrzehntelang an einer hemmenden Verehrung ihrer Gründer. Jede noch so unsinnige Hypothese wurde gedankenlos tradiert. Die Systemgründer haben ohne Zweifel Fortschritte gebracht und Freiheiten erweitert, was

nicht heißt, dass darüber hinaus nichts mehr zu erwarten sei. Die Forschung blieb nicht stehen, aber sie hat es in Psychoanalyse und Individualpsychologie genau so schwer wie anderswo, mit neuen Erkenntnissen durchzudringen. Man steht vor dem Phänomen, dass Ideensysteme zur Befreiung der Menschen eingeführt wurden, die Träger dieser Systeme aber viel getan haben, um eben diese Befreiung ab einem bestimmten Punkt zu blockieren. Doch wir können nicht Wahrheitssucher und intellektuelle Feiglinge zugleich sein. Man kann nicht die Emanzipation der Menschheit von Unmündigkeit fordern und ihnen zugleich vorschreiben, was sie denken sollen. Wer für die Weiterentwicklung der Menschen ist, muss ihnen zugestehen, selbstständig denken zu dürfen.

### **Tiefenpsychologie zwischen Natur- und Geisteswissenschaft**

Sigmund Freud hatte den Kampf zwischen Natur- und Geisteswissenschaften nicht mitgemacht. Seine genaue Position ist schwer zu bestimmen, sie liegt irgendwo dazwischen. Freud kam von den Naturwissenschaften her, von der Physiologie und der Neurologie, aber seine Psychologie erwuchs aus der therapeutischen Arbeit. Er war als Arzt in erster Linie Psychologe, aber er hat immer drauf geachtet, seine Psychologie in die Medizin zu integrieren. Ihm wurde sein mechanistisches Denken vorgeworfen; seine Metaphern stammen oftmals aus der Physik.

Die tiefenpsychologischen Konstrukte entsprangen einer schon länger vorgetragenen Kritik an den Naturwissenschaften und waren um 1890 durchaus etwas völlig Neues. Die Grundeinsicht, dass seelische Vorgänge für die Entstehung von Krankheiten mitverantwortlich sind, war zwar nicht völlig neu, aber in dieser Konsequenz hatte es vor Freud keiner formuliert. Die klassische Psychiatrie beugte ihn mit Misstrauen. Die Kampfstel-

lung von neuerer Tiefenpsychologie und älterer, naturwissenschaftlicher Psychologie konnte lange Zeit nicht überwunden werden. Eine Annäherung und gegenseitiges Verständnis fand erst weit nach dem Zweiten Weltkrieg statt. Die Entwicklung der Tiefenpsychologie vollzog sich weitgehend außerhalb der akademischen Psychologie. Es gehörte zum guten Ton, gegenseitig nicht von einander Notiz zu nehmen. Und im Grunde genommen bedurfte die Tiefenpsychologie gar nicht der Psychiatrie. Menschen- und Selbsterkenntnis kommen gut ohne medizinisches Wissen aus. Alles, was damals und heute ein Therapeut in seinen Therapiestunden macht, hat mit Medizin im engeren Sinne so gut wie nichts zu tun.

Dennoch schien es Anfang des 20. Jahrhunderts nötig, der Vormachtstellung der Naturwissenschaften etwas entgegenzusetzen. Wilhelm Dilthey hatte in dem Bestreben, die Psychologie geisteswissenschaftlich zu fundieren, zwischen einer zergliedernden und beschreibenden Psychologie und einer erklärenden Psychologie unterschieden. Die erklärende Psychologie war für ihn die damals herrschende, das heißt also die Psychologie des psycho-physischen Denkens. Von ihr meinte er, dass sie unfähig sei, den Anforderungen des Menschenverstehens zu dienen, sie verstümmle die Auffassung vom Seelenleben, sie bediene sich der naturwissenschaftlichen Methodik des Erklärens und könne ihrem Wesen nach nicht die Struktur des Seelenlebens in seiner ganzen Breite umfassen.

Dilthey setzte dem den Begriff des Verstehens entgegen, der für ihn mit dem „Erleben“ zusammenhängt. „Die Natur erklären wir, das Seelenleben verstehen wir“, so lautet der bekannte Satz aus dem Jahr 1894 von ihm. Das Erklären war für ihn ein rein intellektueller Prozess, aber das Seelenleben und die Psyche verlangen andere Verstehenskräfte, nämlich das Gemüt, Intuition, das sich Hineindenken, das Mitschwingen. Das Verstehen der Funktionen des Seelenlebens ist

ein inneres Erlebnis im Betrachter. Aus dieser zunächst einleuchtenden Unterscheidung erwuchs die „Verstehende Tiefenpsychologie“.

Aber schon mit Dilthey begannen die scheinbar so klaren Grenzen zwischen Geistes- und Naturwissenschaften wieder zu verschwimmen, denn Freud war es ja, der die Psyche zergliederte und seelische Einzelgebiete ausmachte, die kausal interagieren. Freud *verstand* den Patienten, indem er seine Seelenkräfte *erklärte*. Überhaupt ist die Gegenüberstellung von Verstehen und Erklären kritikwürdig. Ist »Verstehen« überhaupt eine Methode? In vielen Fällen stellt sich ein unmittelbares Verstehen nicht ein, es muss auf Interpretationen ausgewichen werden. Es gibt vielfältige Arten der Interpretationen und keine einzige oder einheitliche Methode.

Die strikte Unterscheidung zwischen Geistes- und Naturwissenschaften war ein lobenswerter Versuch, die Geisteswissenschaften gegen die erstarkenden Naturwissenschaften zu verteidigen und den Geisteswissenschaften eine angemessene Stellung in den akademischen Wissenschaften zurück zu erobern. Doch für das Verständnis der Tiefenpsychologie trug Dilthey wenig bei. Jeder ernsthafte Forscher kann sowohl erklären als auch verstehen. Verstehen und Erklären gehen in allen typischen Fällen Hand in Hand. Im Alltag und in der Psychologie streben wir beides an.

Mit Dilthey hatte die Tiefenpsychologie aber ein Argument an die Hand bekommen, mit Unverständnis und Verachtung auf Beobachtung, Experiment, Empirie und Statistik zu schauen. Sie konnte damit gut ein halbes Jahrhundert lang in Spekulationen schwelgen und dachte wenig daran, ihre Aussagen an der Wirklichkeit zu überprüfen. Karl Jaspers monierte schon 1946, dass Freud „verständliche Zusammenhänge“ mit „kausalen Zusammenhängen“ verwechselte.

Natürlich ist an der These etwas dran, dass man dem „Wesen des Seelischen nicht gerecht“ wird, wenn man Psychologie ausschließlich naturwissenschaftlich betreibt. Das Argument gilt aber auch umgekehrt: Man verfehlt das „Wesen des Seelischen“, wenn man es nur mit spekulativer Philosophie geisteswissenschaftlich betrachtet – ganz abgesehen von der Frage, was das „Wesen des Seelischen“ ist, von dem einige Autoren so empathisch sprechen.

### Unmittelbares und mittelbares Verstehen

In einem gewissen Sinne „verstehen“ tiefenpsychologisch arbeitende Therapeuten und Philosophen sowieso anders als Naturwissenschaftler. In der Therapie (und meist auch im Alltag) geht es um das verstehende Einfühlen in den Anderen, ein unmittelbares Gefühl der Solidarität, das nicht unbedingt oder nicht zuerst auf einem intellektuellen Gedankenakt beruht. Dieses *unmittelbare Verstehen* braucht angeblich kein Erklären und verzichtet auf jedes Erklären. Es tritt im spontanen Mitleid, im Mitgefühl, in der Liebe und selbst im Hass auf. Unmittelbares Verstehen beruht auf Identifikation, auf vorsprachlichem, blitzschnellem Begreifen des Anderen und fühlt sich unmittelbar im Recht. Dilthey saß aber einem Missverständnis auf. Das *unmittelbare Verstehen* ist wichtiges Erkenntnisinstrument des Psychotherapeuten, weniger des Psychologen als Wissenschaftler.

Davon abzutrennen ist das *mittelbare Verstehen*. Das nachdenkliche Verstehen (in einer wissenschaftlichen Reflexion) aber kann man kaum vom Erklären trennen. Verstehen beruht zum Teil auf einem erklärenden Begreifen. Das bloße Verstehen im Sinne einer intensiven Berührung mit dem Anderen ist für das wissenschaftliche Verstehen nicht ausreichend. Ein solches erklärendes, nachdenkendes Verstehen lässt sich nicht

mehr in einen absoluten Gegensatz zum Erklären bringen, weil stets als Mittel dieses Verstehens das erklärende Begreifen eingeschaltet wird. Verstehen erfolgt unter Zuhilfenahme von Erklärungen. Ich verstehe etwas intuitiv und erkläre mir anschließend mein spontanes Verstehen anhand von Eindrücken und Fakten, so dass ich hinterher etwas besser verstehe. Verstehen und Erklären sind keine Gegensätze, sondern in einem hermeneutischen Zirkel ineinander verwoben. Insofern ist auch der Gegensatz von Geistes- und Naturwissenschaft unproduktiv. Der (vermeintlich nur naturwissenschaftliche) Biologe hat heutzutage viel zu sagen über den Menschen als geistiges Wesen. Das Seelisch-Geistige ruht auf der Biologie auf. Fruchtbar ist erst die Zusammenschau.

Man kann beispielsweise die bekannten Phänomene der Übertragung und des Widerstands sowohl menschlich verstehen als auch tiefenpsychologisch erklären. Der Patient mag etwas von seiner innerpsychischen Dynamik verstehen, wenn der Therapeut es ihm erklärt hat. Das tiefenpsychologische Denken ist eine Mischung aus Verstehen und Erklären. Die Einsicht in die psychischen Zusammenhänge ist ein notwendiger Schritt zum Verstehen, zum gefühlhaften Nachvollziehen der psychischen Akte des Gegenübers oder der eigenen Person. Und umgekehrt, aus den Erfahrungen des unmittelbaren Erlebens von Menschen bilden sich über eine Systematisierung theoretische Modelle, die wiederum das Verstehen befruchten.

Denn gerade die Tiefenpsychologie arbeitet gleichermaßen mit den beiden Formen des Verstehens wie mit dem Erklären. Vielleicht mehr als in anderen Disziplinen ist das unmittelbare Verstehen des Anderen, die Intuition und die Einfühlung ein wichtiger Bestandteil der Disziplin. Das gilt ganz gewiss für die Psychotherapie. Erst dieses Mitschwingen erlaubt den besonderen tiefenpsychologischen Zugang zur Persönlichkeit. Ein unmittelbares, unreflektiertes Verstehen ist ein Anfang, aber keineswegs ausreichend.

Unerlässlich ist das Erklären dessen, was nicht unmittelbar verständlich und einsichtig ist.

Dilthey sah nicht den prinzipiellen Unterschied zwischen unmittelbarem und mittelbarem Verstehen, was ihn zu einer künstlichen Unterscheidung von Verstehen und Erklären führte. Seine Unterscheidung war eigentlich von Anfang nicht überzeugend.

### **Tiefenpsychologie zwischen Weltanschauung und Wissenschaft**

Vieles, was Freud und Adler später zum Inhalt ihrer Lehre machten, bezogen sie aus eigenen Kindheitserfahrungen. Davon abweichende Erfahrungen verunsicherten sie und machten sie unduldsam. Noch jahrzehntelang bekämpften sich die Schulen; Freud stritt mit Adler, beide mit ihren Abwechslern, Melanie Klein mit Anna Freud usw.

Für Jahrzehnte ging es mehr um Konfession als um Profession. Die Mitarbeiter einer Schule hatten sich zu ihren Inhalten zu *bekennen*. Zwar wandten sich schon zu Lebzeiten Freuds wichtige Vertreter der Tiefenpsychologie (Adler, Ferenczi, Franz Alexander) von der Orthodoxie ab, aber es dauerte noch bis zu den 60er-Jahren des 20. Jahrhunderts, bevor offen über die Engen und Einseitigkeiten der Pioniere gesprochen werden konnte. Jürgen Habermas und Alfred Lorenzer haben sich ausführlich mit dem Methodenproblem der Psychoanalyse auseinandergesetzt und in diesem Zusammenhang den Begriff vom wissenschaftlichen Selbstmissverständnis der Psychoanalyse geprägt.

Klaus Grawe, ein 2005 gestorbener Psychologe mit dem Tätigkeitsschwerpunkt Psychotherapieforschung an der Universität Bern (Schweiz), brachte in einem heftig diskutierten Buch sowohl das Dilemma als auch die tatsächliche Entwicklung der Tiefenpsychologie auf den Punkt: *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession* (1994). Mit seinen Arbeiten zu Wirkungswei-

sen und Wirksamkeit von Psychotherapien wurde er international bekannt.

Grawe und Mitarbeiter hatten in über 13-jähriger, harter Detailarbeit eine einzigartige Kosten-Nutzen-Analyse der verschiedenen Therapieverfahren vorgelegt. Ihre Untersuchung bezog 3500 Therapiestudien aller wesentlichen bekannten Therapiemethoden ein, darunter zehn humanistische Therapieformen (z.B. Psychodrama, Gestalttherapie, Gesprächspsychotherapie), neun psychodynamische Therapien (z.B. Langzeitanalyse, psychoanalytische Kurztherapie, Katathymes Bilderleben), drei interpersonale Therapien, vier Entspannungsverfahren und 14 kognitiv-behaviorale Therapien. Ohne Zweifel ist dies bis heute die umfangreichste, methodisch gewissenhafteste und wissenschaftlich akribischste Psychotherapievergleichsstudie, die dem deutschsprachigen Leser die Ergebnisse der gesamten internationalen Wirkungsforschung im Bereich Psychotherapie verfügbar macht. Die kognitiv-behavioralen Therapieformen erwiesen sich dabei als deutlich wirkungsvoller als alle anderen Formen, während die klassische Psychoanalyse in ihren Therapieerfolgen schlecht abschnitt bzw. wenig Greifbares vorlegen konnte. Die sich nach Monaten bemessenden Therapien schnitten besser ab als die orthodoxe psychoanalytische Langzeittherapie mit hunderterten von Stunden. Die von vielen psychoanalytischen Therapeuten auch heute noch vertretene Auffassung, schwer gestörte Patienten bräuchten langjährige Therapien, wurde offenbar widerlegt. Auch Patienten mit schweren Symptomen könnten mit Therapien im Umfang von rund 40 Stunden gut geholfen werden. Das bezieht sich allerdings auf relativ eng umschriebene Störungen wie Agoraphobien, für die eine rigide Reizkonfrontation empfohlen wird.

Die tiefenpsychologischen Psychotherapeuten waren nicht begierig, etwas über die tatsächliche Wirkung ihrer angewandten Therapieverfahren zu erfahren. Besonders

die psychoanalytisch orientierten Ärzte und Psychologen wehrten sich vehement. Sie bringen drei Argumente vor: Die Auswertung habe methodische Mängel; nur lange Therapien seien gute Therapien; das Spezifische der Psychoanalyse sei von Grawe et al. nicht erkannt und gewürdigt worden. Und sie gingen zum Angriff über: Die Therapieformen seien nicht vergleichbar; die Kulturtheorie und -kritik der Tiefenpsychologie bleibe auf der Strecke; die empirische Therapiefor schung bilde kaum die Wirklichkeit im Therapiezimmer ab; die kurzen Therapien seien oberflächliche Dressurmetho den; Kurztherapien doktern nur am Symptom herum, seien technokratisch und letztlich unmenschlich (Mertens 1994).

Wie auch immer. Was jedenfalls nicht mehr geht, ist das gedankenlose Nachplappern von Hypothesen, die keiner Überprüfung unterzogen wurden oder einer Überprüfung nicht standhielten oder die nur einen Teil der menschlichen Möglichkeiten abdecken, aber so formuliert sind, als ob sie allgemeingültig wären. Das meinte Grawe mit Konfession (lateinisch *confessio*: Geständnis, Bekenntnis). Er forderte von Psychologen, Therapeuten und Ärzten eine professionelle Haltung (lat. *professio*: Gewerbe, Geschäft, Beruf). Der Berufsstand der Psychotherapeuten und wissenschaftlichen Psychologen hat sich an den Standards ihrer Profession zu orientieren, neuere Einsichten und Erfahrungen zur Kenntnis zu nehmen und – wenn nötig – Überkommenes kritisch zu diskutieren oder abzulegen. Das bedeutet auch, vor Empirie keine Angst zu haben. Die Schriften Freuds sind kein Gebetbuch.

Grawes wegweisendes Buch beruht auf dem Stand der Forschung von Anfang der 90er-Jahre. Seitdem hat sich viel verändert, insbesondere haben alle Therapierichtungen ernsthafte Anstrengungen unternommen, haltbare Beweise für ihre Wirksamkeit vorzulegen. Insofern ist das Werk Grawes und seiner Mitarbeiter schon wieder überholt.



Der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie überprüft anhand neuerer Forschungsergebnisse nach und nach die unterschiedlichen Methoden wie Systemische Therapie, EMDR, Gesprächspsychotherapie oder Hypnotherapie und gibt dazu Stellungnahmen und Gutachten ab. Einige davon fallen nicht so günstig aus, wie es sich die Vertreter der jeweiligen Richtung erhoffen.

Psychotherapie ist eine professionelle Praxis, in deren Umgebung Wissenschaft vorkommt. Damit soll ausgedrückt werden, dass auch Anderes ebenfalls vorkommt: die Lebenserfahrung und die Persönlichkeit des Therapeuten, seine Tagesform, Vorlieben für bestimmte Theorien, Herkommen und Zukunftsaussichten, der Einfluss der Kranken-

kassen, die Verständigkeit der Patienten, deren Angehörige und vieles mehr. Psychotherapie geht vor allem immer durch die Person des Therapeuten hindurch. Wissenschaft liefert – im Verhältnis zur Lebenserfahrung – nicht besseres, sondern anderes Wissen; beide müssen nebeneinander existieren dürfen. Professionelle Psychotherapie ist historisch an Gründerfiguren gebunden. Wissenschaft löst diese Bindung in objektivierende Methodologie auf; sie strebt gerade Unabhängigkeit ihrer Ergebnisse von Personen an. Professionelle Praxis kann ihre Eigenständigkeit gegenüber der wissenschaftlichen Umwelt behaupten. Es wäre verfehlt, wollte man beides gegeneinander ausspielen.

# Protagonisten



## 7. Sigmund Freud

---

Es dürfte kaum ein Gebiet des Kulturlebens geben, das von den Einsichten der Psychoanalyse nicht berührt worden wäre. Das geistige Klima der Neuzeit hat sich durch das Auftreten Freuds und der Psychoanalyse gewandelt. Das Bild vom Menschen hat durch ihn neue Aspekte gewonnen, die aus unserem modernen Weltbild nicht mehr wegzudenken sind.

Es ist derart viel, detailliert und kontrovers über Freuds Leben und Werk geschrieben worden, dass es geradezu vermessen erscheint, auf einigen wenigen Seiten der Tiefe und Komplexität dieses Mannes und seiner Lehre gerecht werden zu wollen. In der interessierten Öffentlichkeit, aber ebenso in der Psychologie und der Psychotherapie wird eine vereinfachte Version der psychoanalytischen Theorie verwendet, die kaum an die Kompliziertheit seiner tatsächlichen Gedanken heranreicht. Diese Diskrepanz verblüfft. Sie stellt zudem eine besondere Schwierigkeit in der Darstellung dar: Um zu begreifen, was Freud wirklich meinte, müsste tief in die Originaltexte hinabgestiegen und bis in Halbsätze hinein deren Inhalte analysiert werden. Freud selbst und die Debatte über ihn sind geradezu einschüchternd überwältigend. Für eine Einführung in die Tiefenpsychologie, die dem Interessierten Lust machen soll, sich näher mit dem Thema zu beschäftigen, ist das keine gute Voraussetzung. Freud kann man bewundern, man kann sich aber auch ob seiner Größe abgeschreckt fühlen. Um Freud haben sich viele Legenden gebildet, und trotz eines Berges von faktischem und legendärem Material gibt es immer noch Lücken in unserer Kenntnis seines Lebens und seiner Persönlichkeit. Diese Warnung vorausgeschickt, soll im Folgenden wenigstens eine Annäherung an

Sigmund Freuds Leben und Werk versucht werden.

Die Beschäftigung mit Freud ist besonders ergiebig, weil sich unendlich viele Menschen von ihm inspirieren ließen, Freud sehr mitteilbar war (beispielsweise in teilweise immer noch nicht vollständig veröffentlichten Briefwechseln) und insgesamt ein reichhaltiges Material über sein Leben und seine Denkweise vorliegt. Klarer als bei anderen Autoren sieht man, von welchen Traditionslinien Freud profitierte, was seine Leistung nicht schmälert, doch sein Werk in einen breiteren Diskussionszusammenhang stellt. Das betrifft die Hysterie, die Sexualität, das Unbewusste, die Abwehr und andere Themen. Zu jenen, die sich ernsthaft mit ihm beschäftigten, zählen Henry Ellenberger, Frank Sulloway, Ronald W. Clark, Peter Gay, Albrecht Hirschmüller, Bernd Nitschke, Wolfgang Mertens, Günter Götde und viele andere.

Wiederum ist es die Tiefenpsychologie als Wissenschaft, die ganz besonders dazu herausfordert und verleitet, ihre Begründer mit ihren eigenen Methoden zu analysieren. So fallen bei Freud die Idealisierung seiner Mutter, seine Stellung als erstgeborener Sohn, seine Eifersucht gegenüber seinem Bruder Julius (der noch im ersten Lebensjahr verstarb), die Sublimierung bzw. Unterdrückung seiner Sexualität durch geistiges Arbeiten, sein enormer Ehrgeiz, sein patriarchalisches Denken und vieles andere auf. Die tiefenpsychologischen Schulen standen oftmals in einer vernichtenden Bruderrivalität, und nicht wenige Tiefenpsychologen versuchten mehrmals, „Vater Freud“ zu töten. Nicht alle Bewegungen und Neuerungen waren fruchtbar und befruchtend.

## Freuds Leben

Sigmund Freud wurde 1856 in Freiberg in Mähren geboren und starb 1939 in London. Abgesehen von den ersten vier Jahren und dem letzten Jahr in London verbrachte er sein ganzes Leben in Wien, davon die allermeiste Zeit in der berühmten Berggasse 19. Freuds Leben ist ein Beispiel für den allmählichen sozialen Aufstieg von Juden aus der unteren Mittelschicht bis in die Bourgeoisie. In einigen Biografien über ihn wird die These verfolgt, dass nur ein Jude mit einer prekären gesellschaftlichen Stellung eine Theorie entwickeln konnte, die quer zum Mainstream von Wissenschaft und Gesellschaft steht. Nach seinen schwierigen Privatdozentenjahren wurde Freud einer der bekanntesten Ärzte Wiens mit dem beneidenswerten Titel eines außerordentlichen Professors. Die Patienten, die er für seine Neurosentheorie behandelte und beobachtete, stammten aus den oberen Gesellschaftsschichten. Vor dem Ersten Weltkrieg war er zum Haupt einer Bewegung geworden, deren Einfluss sich allmählich über das kulturelle Leben der zivilisierten Welt ausbreitete, und zwischen den Weltkriegen war er bereits zu Weltruhm gekommen.

Ein zentraler Bestandteil seiner Erinnerung ist eine Anekdote, die ihm sein Vater erzählte. Die Stellung der Juden in Mähren war ungesichert und gesetzlich auf vielerlei Art beschränkt. Einmal, als Vater Freud auf der Straße ging, begegnete ihm ein Nichtjude, der dem jungen Jakob die Mütze vom Kopf schlug und dabei sagte: „Jud, herunter vom Trottoir!“ Sigmund fragte seinen Vater, wie er reagiert habe, und Jakob antwortete: „Ich bin auf den Fahrweg gegangen und habe die Mütze aufgehoben“. Sigmund betrachtete das als Feigheit seines Vaters, und nicht wenige Freud-Forscher ziehen diese Anekdote zur Erklärung der Genese des Konzepts vom Ödipuskomplex heran.

Wien und Österreich waren relativ judenfreundlich, als die Familie dorthin zog. Vom häuslichen Leben des jungen Sigmund weiß

man nicht viel. Freud nahm sein Medizinstudium im Wintersemester 1873 auf, 1881 promovierte er. Charakteristisch für Freuds Leben ist seine Fähigkeit zur Freundschaft, doch immer nur zu einzelnen Personen. An der Wiener Universität lernte er Josef Breuer kennen, einen anregenden Kollegen und väterlichen Freund, der ihm später mit bedeutenden finanziellen Darlehen unter die Arme griff, und der mit der Geschichte der ungewöhnlichen Krankheit und Heilung einer jungen hysterischen Frau, die unter dem Pseudonym Anna O. berühmt werden sollte, seine Neugier reizte. Anrührend mitzuverfolgen ist Freuds Liebe zu und der Verlobung 1882 mit der Hamburger Kaufmannstochter Martha Bernays, einer Frau von großer Schönheit und festem Charakter, die sich dennoch seinem männlich-patriarchalen Willen unterwarf.

Freud probierte verschiedene medizinische Richtungen aus, darunter Gehirnanatomie und Neurologie, er veröffentlichte heute als ziemlich problematisch angesehene Experimente zu Kokain und lobte diese Droge, obwohl seine Versuche gefährliche Fehlschläge waren. Entscheidend für seinen späteren Lebensweg war eine Studienreise nach Paris zu Jean Martin Charcot an der Salpêtrière. Freud war aus Paris begeistert zurückgekommen. Charcot war der berühmteste Neurologe Europas und spezialisiert auf die Erforschung und Behandlung der Hysterie.

Eine weitere entscheidende Wendung seines Lebens vollzog sich 1886, als er vor der hoch angesehenen Kaiserlichen Gesellschaft der Ärzte in Wien einen Vortrag über männliche Hysterie hielt, der ziemlich kühl aufgenommen wurde und Freuds lebenslange Gegnerschaft zur Wiener Ärzteschaft begründete. In der ganzen westlichen Welt wurden damals die Hysterie und ihre Genese unter Ärzten lebhaft diskutiert. Man verstand darunter seltsame Lähmungserscheinungen und an Epilepsie gemahnende Krämpfe. Beruhten sie auf einem Trauma (damals wurden Eisenbahnunfälle als Beispiel genannt) oder

waren sie erblich angebahnt? Freud stand einerseits im Banne der Persönlichkeit Charcots, andererseits in dem seines eigenen Ehrgeizes, den Wienern etwas Neues zu bringen. Die aber waren international gut vernetzt und konnten in Freuds Vortrag nichts Neues entdecken. Dennoch beantragte er die Mitgliedschaft in diesem Verein und blieb ihr Mitglied, bis er Wien verließ.

Freud begann 1886 mit den üblichen Schwierigkeiten eines jungen Arztes zu kämpfen, der Schulden hat und eine junge, sich vergrößernde Familie ernähren muss. Aus seiner Ehe gingen sechs Kinder hervor. Sein alter Freund Josef Breuer schickte ihm Privatpatienten. Freud war ein ungemein fleißiger Arbeiter und schuf sich allmählich einen Ruf. Es war damals üblich, dass man an sechs Tagen in der Woche vom frühen Morgen bis zum späten Abend arbeitete, aber die wohlhabende Schicht Wiens nahm drei Monate lang Sommerferien, entweder auf dem Land oder auf Bildungsreisen. So hielt es auch Freud.

Ab 1891 löste er sich von Charcots Neurosenstheorie und entwickelte sein eigenes System. Wie die meisten bedeutenden wissenschaftlichen Leistungen ist auch diese nicht jählings dem Geiste ihres Urhebers entsprungen. Neben seinem gewaltigen Arbeitspensum fachlicher Art bewältigte Freud ein großes Programm an Weltliteratur; er war mit den Dichtungen vieler Zeiten und Völker bestens vertraut. Weniger vertraut war Freud mit der Philosophie. Es gehört zur ironischen Seite der Psychoanalyse, dass der materialistisch und positivistisch geprägte Freud zeitlebens eine skeptische Herablassung für die philosophische Spekulation hegte, während er nach Meinung vieler Zeitgenossen und späterer Autoren selbst über eine ausgreifende Phantasie verfügte.

In dem Zeitraum von ungefähr 1894–1899 verflochten sich vier Stränge in Freuds Leben: seine intime Freundschaft mit Wilhelm

Fließ, seine neurotischen Störungen, seine Selbstanalyse (in der *Traumdeutung*) und die Ausarbeitung der Grundprinzipien der Psychoanalyse. Freud war ein starker Zigarrenraucher, aber in dieser Zeit fällt eine 14-monatige Periode der Rauchabstinenz, weil Freud an Herzsymptomen litt. Fließ war ein Hals-Nasen-Ohren-Spezialist aus Berlin, der eine seltsame Theorie der Periodizität vertrat mit einem weiblichen Zyklus von 28 Tagen und einem männlichen von 23 Tagen. Entscheidender wurde eine Fehlbehandlung Fließens an einer Patientin Freuds namens Emma. Fließ hatte ein langes Stück Gaze in der Operationswunde vergessen und die Patientin schwebte eine Zeit lang zwischen Leben und Tod. In der Nacht vom 23. auf den 24. Juli 1895 hatte Freud seinen berühmten Traum von „Irmis Injektion“, den ersten, den er mithilfe seiner neuen Assoziationstechnik analysierte. Dieser sollte zum Prototyp aller Traumanalysen werden.

Freud veröffentlichte 1895 zusammen mit Josef Breuer die *Studien über Hysterie*, brach die Beziehung zu ihm aber im Streit über die Rolle der Sexualität ab, und er hatte das unruhige Gefühl, kurz vor der Entdeckung großer Geheimnisse zu stehen. 1897 machte Freud seinem Freund Fließ das Geständnis, dass die (vermeintlichen) Geschichten von einer frühen Verführung durch den Vater, wie sie angeblich alle seine hysterischen Patientinnen erzählten, bloße Fantasieprodukte dieser Patientinnen seien, so dass seine ganze Hysterie-Theorie erschüttert war.

Selbstanalyse und Analyse seiner Patienten waren eng verwoben. Die Veröffentlichung der *Traumdeutung* bezeichnete das Ende der „kleinen Hysterie“ Freuds. Die Selbstanalyse wird von Freuds Gefolgsleuten, zum Beispiel Ernest Jones, als eine beispiellose heroische Leistung gefeiert, wie sie nie zuvor und nie wieder vollzogen worden sei. Freud hatte das Gefühl, in dieser Periode vollständig isoliert zu sein, aber es gibt keinen Beweis

dafür, dass Freud wirklich isoliert war, und noch weniger dafür, dass er während jener Jahre von seinen Kollegen schlecht behandelt wurde.

Äußerlich betrachtet war Freud ein angesehener Arzt mit drei Dienstboten und einer gut gehenden Praxis. Er hatte den Ruf eines führenden Spezialisten auf dem Gebiet der Hysterie. Die *Traumdeutung* erfuhr ein geteiltes Echo. Es war in vielerlei Hinsicht aufregend und neu, wurde aber auch wegen unhaltbarer theoretischer Annahmen deutlich kritisiert. Jedenfalls wurde es nicht stillschweigend von der Fachwelt übergangen, sondern aufmerksam zur Kenntnis genommen. 1902 erhielt er den Titel eines (unbezahlten) außerordentlichen Professors.

Die Reaktion Freuds auf die durchwachsenen Rezensionen seiner Bücher war eine Fülle von abfälligen Urteilen über die Rezensenten, während er selbst nicht mit Kritik und harschen Urteilen sparte. Selbst sein guter Freund Breuer wurde später mit Verachtung behandelt. In seinen Briefen tritt eine starke Unduldsamkeit gegenüber jeder Art von Kritik zu Tage. Auch war er in Fragen der Priorität empfindlich und er verdächtigte andere Autoren des Plagiats. Die Traumdeutung enthält einige absichtliche, wenn auch gut versteckte Provokationen. Die unduldsame und überhebliche Haltung sollte später die gesamte Psychoanalyse prägen und ihr Schaden zufügen.

1902 lud er die ersten ärztlichen Kollegen zu einer wöchentlichen Diskussionsrunde ein, unter ihnen Alfred Adler. Von dieser Zeit an ist die Lebensgeschichte Freuds weitgehend identisch mit der Geschichte der psychoanalytischen Bewegung. Wie Freud auf Adler kam ist ungeklärt, doch Adler legte Wert auf die Feststellung, dass ihn Freud mit einer Postkarte einlud, an dem Zirkel teilzunehmen. 1904 publizierte Freud *Zur Psychopathologie des Alltagslebens*, 1905 erschienen *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*, *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten* und die Geschichte der Patientin Dora. Freud

wurde zunehmend wahrgenommen als ein Mediziner, der eine Sexualtheorie aufgestellt hatte. Seine Werke wurden zur Kenntnis genommen und teilweise wertgeschätzt. Sein Ruf verbreitete sich weit und schnell. Zu seinem 50. Geburtstag 1906 empfing Freud von allen Seiten Zeichen der Anerkennung und des Respekts. Seine Bücher wurden meist günstig aufgenommen. Trotzdem glaubte Freud hartnäckig, missverstanden und geschnitten zu werden. Es wurde die Internationale Psychoanalytische Gesellschaft gegründet, ebenso zwei psychoanalytische Zeitschriften. Freud veröffentlichte *Eine Kindheitserinnerung des Leonardo Da Vinci*.

1911 verließ Alfred Adler im Streit die Psychoanalytische Gesellschaft. Eine noch größere Krise für Freud war der Abbruch der Beziehung zu Carl Gustav Jung 1913. Im selben Jahr veröffentlichte Freud ein weiteres seiner Hauptwerke, *Totem und Tabu*. Im Kriegsjahr 1914 erschienen seine *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. Österreich-Ungarn zerfiel, die Bevölkerung Europas lebte in Armut und Hunger. Freuds Praxis erweiterte sich wieder durch betuchte Patienten aus dem Ausland. In den Werken *Jenseits des Lustprinzips* und *Massenpsychologie und Ich-Analyse* legte Freud seine revidierten Theorien dar.

Ab 1923 bildete sich in Freuds Kiefer und am Gaumen ein Krebsgeschwür. Bis zu seinem Tode musste sich Freud 30 Operationen unterziehen, die er mit bewundernswertem Stoizismus über sich ergehen ließ. Zu der Zeit der ersten Operation hatte Freud seine Tochter Sophie an die Spanische Grippe verloren, und sein Enkel Heinerle, den er besonders ins Herz geschlossen hatte, starb. Nach Jones verursachte dies Freud den größten Kummer seines Lebens. Während dieser Zeit schrieb er *Das Ich und das Es*. 1926 war seine Schrift über *Laienanalyse* ein starkes Plädoyer zugunsten der psychoanalytischen Arbeit von Laien, also Nicht-Psychiatern. Er warnte davor, die Psychoanalyse zu einem bloßen

Therapieverfahren unter anderen zu machen. Sein Traum war es vielmehr, eine analytische Hochschule zu verwirklichen, in der alle Humanwissenschaften einschließlich der Psychoanalyse zusammenwirken zur weiteren vertieften Antwort auf die Frage: Was ist der Mensch? 1927 folgte *Die Zukunft einer Illusion*, eine der schärfsten Religionskritiken, die jemals publiziert worden war, und 1929 erschien *Das Unbehagen in der Kultur*. Freud schrieb mehr als 20 Bücher und über 270 Aufsätze.

Lange Zeit konnte sich Freud nicht dazu entschließen, vor den Nazis zu fliehen, aber 1938 – nach einem Verhör seiner Tochter Anna bei der Gestapo – musste er dem Druck nachgeben. In London wurde Freud mit großen Ehren empfangen. Trotz seines hohen Alters und seiner unerträglichen Schmerzen blieb sein Geist wach. Er veröffentlichte *Der Mann Moses und die monotheistische Religion*. Bis zu seinem Tode lebte Freud in der Aura des Weltruhmes. Viele glühende Bewunderer besuchten ihn und huldigten ihm. Viele Menschen haben bei ihm eine Analyse gemacht und später darüber geschrieben. Es wäre ein eigenes Kapitel wert, über Freuds Umgang mit seinen Patienten und über den Eindruck, den er auf sie machte, zu schreiben. Im Großen und Ganzen wird er als freundlich, gütig, geduldig, höflich, humorvoll, rede- und meinungsfreudig geschildert, aber nicht nur Alfred Adler und Carl Gustav Jung sahen bei Freud einen kräftigen Zug der Bitterkeit und Kälte und einen nachtragenden Groll.

Hervorstechend sind Freuds ungeheure Energie und Arbeitsfähigkeit, sein moralischer Mut, seine stoische Haltung, seine Ehrenhaftigkeit, Würde und Dezenz. Er war vollkommen von der Wahrheit seiner Theorie überzeugt, dass er keinen Widerspruch zuließ. Er hatte die Gabe der intellektuellen Neugier und zugleich die Gabe, diese Gedanken in wohlgesetzte Worte zu fassen. Und er schuf überlegt eine schlagkräftige Organisa-

tion zur Verbreitung seiner Ideen. Er war sehr belesen, besaß einen reichen Wortschatz und ein gutes Sprachgefühl. Er liebte das Schreiben, nicht nur in Büchern, sondern auch in Briefen. Die Unwahrscheinlichkeiten seiner Theorie verpackte er in elegante Redewendungen.

Kurt Eissler, der eine zweibändige Biografie über Johann Wolfgang Goethe veröffentlichte, definierte Genies als „Personen, die fähig sind, den menschlichen Kosmos oder einen Teil davon neu zu erschaffen, in einer Weise, die der Menschheit verständlich ist und einen neuen, bisher unbemerkten Aspekt der Realität enthält“. Das trifft ohne Einschränkung auf Freud zu.

### Freuds Werk

Freuds Werk ist noch schwerer darzustellen als sein Leben. Wir haben es mit einem Giganten des Geistes zu tun, der wie kaum ein anderer Wissenschaftler Einfluss gewann. Mehr als ein kurzer Überblick ist hier nicht möglich. Die ersten Historiker der Psychoanalyse haben Freuds wissenschaftliche Laufbahn in eine präpsychoanalytische und eine psychoanalytische Periode eingeteilt. Später erkannte man, dass zum vollen Verständnis der neuen Psychologie Freuds neurologische Arbeiten mit berücksichtigt werden müssten.

Wir wollen nicht allzu weit zurückgehen, sondern 1891 beginnen, als Freud *Zur Auffassung der Aphasien* (Sprachlosigkeit) veröffentlichte, in welchem er erneut Professor Meinert, dem Chef der psychiatrischen Klinik Wiens, widersprach. Freud kreuzte die Klinge mit Meinert in der Einschätzung des Hypnotismus, in der Frage der männlichen Hysterie und nun hinsichtlich der Auffassung von Bau und Funktion des Gehirns. Die Aphasien, die Freud beschrieb, fanden statt ohne (damals) sichtbare physiologische Schädigung, woraus Freud ein Argument dafür ableitete, dass psychische Symptome unabhängig von der



Physiologie untersucht werden können. Er schrieb eine kleine Abhandlung über Muskellähmung bei Kindern (Diplegie) und eine Monografie über das Thema zerebrale Lähmungen (1897). Freud bekam in dieser seiner neurologischen Periode sowohl Lob als auch Kritik. Der Tadel bezog sich meist darauf, dass seine Interpretationen durch Fakten nicht ausreichend belegt werden, ein Faktum, das sich durch sein ganzes späteres Werk ziehen wird.

Erst spät wurde von der Forschung ein Text von 1895 registriert, den Freud zeitlebens nicht veröffentlichte, sondern nur mit seinem Freund Fließ diskutierte. Es handelt sich um den *Entwurf einer wissenschaftlichen Psychologie*. Kenner der Psychoanalyse sind sich darüber einig, dass dieses Modell ziemlich künstlich und ziemlich kompliziert war. Es geht um Reizmengen, um das Lust-Unlust-Prinzip und um das Ich, welches die hereinkommende Erregung hemmt und „Realität“ herstellt. Der *Entwurf* wird nur verständlich, wenn man ihn in den Zusammenhang mit der Geschichte der Neurologie, der Hirnanatomie und der Hirnphysiologie stellt. Da es damals keine Möglichkeit gab, in das lebende Gehirn hineinzuschauen, wurde viel über Anatomie und Physiologie spekuliert. Freuds *Entwurf* ist ein später Spross dieser spekulativen Denkrichtung. Das ist vielleicht auch der Grund, warum Freud diesen Entwurf aufgab, obwohl er ihn fertig gestellt hatte. Aber viele der im Entwurf formulierten Ideen sollten in verschiedenen neuen Formen in Freuds späteren psychoanalytischen Theorien wieder auftauchen.

Zwei persönliche Ereignisse brachten Freud auf den Weg der Neurosentheorie: sein Besuch bei Charcot und die Geschichte einer Patientin Breuers, Anna O. Heute beginnt jede Darstellung der Psychoanalyse mit der Geschichte dieser jungen Dame, deren zahlreiche hysterische Symptome eines nach dem anderen verschwanden, wenn es Breuer gelang, sie die spezifischen Umstände wieder in ihr Gedächtnis zurückholen zu lassen, die

zu ihrer Entstehung geführt hatten. Sie war eine ausgesprochen intelligente junge Frau, ihr Vater ein wohlhabender Wiener Kaufmann. Nach dem Tod ihres Vaters zog sie mit ihrer Mutter nach Frankfurt am Main, wo sie sich für Sozialarbeit interessierte. Sie gründete 1904 den Jüdischen Frauenbund und sie war Gründerin oder Initiatorin vieler Institutionen, wozu Kindergärten, Erziehungsheime und Bildungsstätten gehörten. Sie war auch schriftstellerisch tätig, aber nie verheiratet. Bertha Pappenheim, so ihr richtiger Name, starb 1936.

Die Symptome der Anna O. begannen in Form von körperlicher Schwäche, die sich steigerten zu Lähmungen, Kontraktionen, Sehstörungen, Verworrenheit der Sprache und gespaltene Persönlichkeit. Von Anna O. stammt das Wort von der *talking cure* zur Beschreibung ihrer Behandlung durch Breuer. Der Tod ihres Vaters war ein schwerer Schock. Breuer musste sie eine Zeit lang füttern und sie sprach nur Englisch. Durch die Hypnose-Sitzungen mit Breuer wurden die Symptome gebessert. Die beiden Persönlichkeiten in ihr lebten genau 365 Tage voneinander getrennt, was Breuer anhand eines Tagebuchs, das Annas Mutter geführt hatte, belegte. Einmal erzählte sie Breuer unter Hypnose, dass ihre Schwierigkeiten beim Hinunterschlucken von Wasser begonnen hatten, als sie gesehen hatte, dass ein Hund aus ihrem Glas trank. Als sie Breuer dies erzählt hatte, verschwand das Symptom. Sie hatte sich nach einer Phantomschwangerschaft in den Wehen einer hysterischen Geburt befunden und angedeutet, dass Breuer der Vater sei. Daraufhin habe Breuer entsetzt das Haus verlassen und sei nach Venedig auf eine zweite Hochzeitsreise gefahren, auf der seine Tochter Dora gezeugt wurde.

Diese Fallgeschichte hat derart viele rätselhafte Facetten, dass bereits mehrere Bücher darüber verfasst wurden, die fast jedes einzelne Detail der Geschichte infrage stellen. Besonders wird hervorgehoben, dass Anna O. noch mehrere Jahre krank gewesen sei

und nicht als geheilt betrachtet werden konnte. Vieles an Breuers Geschichte ist einfach falsch, vielleicht, weil der Fall schon 13 oder 14 Jahre zurücklag und von Breuer aus dem Gedächtnis niedergeschrieben wurde, um Freud einen Gefallen zu tun. Beispielsweise wurde Breuers letzte Tochter Dora bereits vor Annas Phantomschwangerschaft geboren. In einem viel später aufgefundenen Krankenbericht Breuers ist von einer Scheinschwangerschaft nicht die Rede. In den 1895 zusammen mit Breuer veröffentlichten *Studien über Hysterie* lautet die These, dass man mit Psychotherapie (Hypnose und Sprechen) die hysterischen Symptome heilen kann, indem man das zu Grunde liegende Trauma durch „freie Assoziation“ bewusst macht. Die Traumata seien der Patientin angeblich nicht bewusst. Und es tauchte das Konzept von der Abwehr auf in der Bedeutung vom Vergessen peinlicher Erinnerungen oder Ideen. Freud stellte vier Thesen auf: Nicht das Trauma ist das Problem, sondern seine Verarbeitung und die Qualität der Erinnerungen daran; die mentale Abwehr richtet sich gegen sexuelle Gedanken; Abwehr ist bei Neurosen und Psychosen ein allgemein vorhandener Zug; Hysterie ist keine Degenerationserscheinung des Gehirns.

Die vier ausführlichen Krankengeschichten und kurzen Erwähnungen von sechs weiteren Fällen in den *Studien über Hysterie* zeigen Verschiedenes: Hysterische Lähmungen tauchen nicht nur bei intellektuell unterbmittelten Frauen auf, sondern auch bei klugen Menschen (spätestens im Ersten Weltkrieg wurde deutlich, auch bei Männern); die Hysterie macht die Patientinnen nicht völlig lebensuntüchtig, vielmehr bleiben sie weitgehend handlungsfähig; einige Frauen mussten ihre Sexualität unterdrücken, unter anderem weil ihre Männer impotent waren, andere unterhielten lebhaftes Liebschaften, manchmal auch mit ihren Ärzten. Charcot war der erste, der die Auffassung vertrat,

dass die Hysterie keine eingebildete Krankheit ist, sondern ein Leidenszustand, den man psychologisch untersuchen könne. Die Lähmungen wurden hysterisch genannt, weil sie keine sichtbare körperliche Ursache hatten. Hysterien galten zuerst als Anzeichen eines sündigen Lebens, dann als Ausdruck einer erblich bedingten Degeneration, und Freud zeigte auf, dass hysterischen Symptomen eine psychologische Bedeutung zu Grunde liege, die der betreffenden Person allerdings nicht bewusst sei.

Die Abhandlung erregte viel Interesse und wurde günstig aufgenommen. Die Schwierigkeiten sind dennoch nicht zu übersehen. Die Patientinnen erinnerten sich an Vergangenes, aber dieses war oft recht trivialer Art; es schien kaum glaublich, dass sie Symptome von derartiger Schwere ausgelöst haben sollten. Da griff Freud in die Trickkiste und nahm an, hinter den harmlosen Erinnerungen würden sich tiefer liegenden Ereignisse sexueller Natur verbergen. Er behauptete, in 18 vollständig analysierten Fällen habe er gefunden, dass die Patientinnen in ihrer Kindheit das Opfer einer Verführung durch einen Erwachsenen aus nächster Umgebung gewesen seien. Der zweite spekulative Gedankenschritt lautete, die traumatische Wirkung werde durch triviale Erlebnisse in der Pubertät in Form hysterischer Symptome wiederbelebt, doch die Patientinnen wollten sich partout nicht an das zu Grunde liegende Kindheitstrauma erinnern. Freud musste eine andere Ätiologie finden. Er behauptete, die Patientinnen *wollten* verführt werden.

## Verführungstheorie

Die Geschichte der Abkehr von der so genannten Verführungstheorie wird hier relativ ausführlich erzählt, weil sie entscheidend ist für das gesamte spätere Werk Freuds und der Psychoanalyse. In den Jahren 1894 bis 1896 hieß es, dass bei *jeder* zwangsneurotischen und hysterischen Patientin ein sexuel-

ler Missbrauch in der frühen Kindheit vorgefallen sei. Freud war überrascht, dass in *sämtlichen* Fällen der Vater als Täter beschuldigt werden müsse. In einem Brief an seinen Freund Wilhelm Fließ vom 21. September 1897 bekannte Freud, dass eine solche Verbreitung der Perversion gegen Kinder wenig wahrscheinlich sei. Zudem konnte Freud im Unbewussten seiner Patientinnen kein „Realitätszeichen“ entdecken, die auf dieses frühe Trauma hinweisen würde. Die unbewusste Erinnerung – wenn es sie denn gab – drang kaum je ins Bewusstsein durch, so sehr sich Freud auch bemühte, Erinnerungsfetzen wachzurufen. Er nahm an, dass *diese* fürchterliche Erfahrung niemals den Widerstand des Bewussten überwinden könne.

Noch einmal: Freud nahm vor 1900 an, dass *alle* Väter seiner Patientinnen die Mädchen sexuell missbraucht hätten. Zugleich musste er 1897 feststellen, dass diese Patientinnen sich nicht an einen derartigen Missbrauch erinnern können. Wie kam er also zu dieser Aussage? Eine Antwort darauf zu finden wäre zentral zum Verständnis der Wende Freuds. Eine plausible Antwort steht nach wie vor aus. Freud sieht sich deshalb heute drei Vorwürfen ausgesetzt: der eine lautet, er habe überall sexuellen Missbrauch gesehen, obwohl seine Patientinnen nichts dergleichen berichteten. Der zweite Vorwurf lautet, er habe seine Verführungstheorie vollständig zurückgenommen und damit die Augen vor einem gravierenden Problem verschlossen. Der dritte Vorwurf lautet, er habe später die Tatsachen völlig verdreht, indem er Kindern sexuelle Motive unterstellte. Gemeint ist der Ödipuskomplex, wo Freud völlig klar sagt, dass kleine Jungs ihren Vater ermorden möchten, um die Mutter sexuell zu besitzen.

Anderthalb Jahre vor dem Brief an Fließ hielt Freud einen Vortrag vor dem Verein für Psychiatrie und Neurologie in Wien. Freud glaubte, mit der These von der sexuellen Ätiologie der Hysterie einen wissenschaftli-

chen Durchbruch vorweisen zu können, doch die Fachwelt blieb skeptisch. Der berühmte Psychiater und Rechtsmediziner Richard von Krafft-Ebing, Verfasser eines Standardwerkes zur Sexualpathologie (*Psychopathia sexualis*, 1886), war anwesend und nannte Freuds Ausführung ein wissenschaftliches Märchen. Freud glaubte, am Schlaf der Welt gerührt zu haben, die Mediziner meinten lediglich, eine solche Pauschalisierung nicht durchgehen lassen zu dürfen. Die medizinischen Kollegen hatten offenbar andere Erfahrungen gemacht. Freud hatte wörtlich von „jedem Fall von Hysterie“ gesprochen. Es war die Freud'sche Pauschalisierung, die die ärztlichen Kollegen abstieß, und nicht das Thema der Sexualität, wie heute noch von Anhängern der Psychoanalyse behauptet wird. Krafft-Ebing als Sexualforscher war weitaus Schockierenderes gewohnt.

Freud sagte damals, „Hysteriker leiden unter ihren Erinnerungen“, aber genau diese sexuellen Erinnerungen wollten sich nicht einstellen. Und noch etwas an Freuds Ausführungen erschien sehr unwahrscheinlich: Freud sprach von drei verschiedenen sexuellen Quellen: erstens den sexuellen Missbrauch kleiner Kinder meistens durch die Väter, die Einführung in die Sexualität pubertierender Knaben durch Dienst- und Kindermädchen (wer hier wen verführte ist eine weitere unerörterte Frage) und drittens Doktorspiele zwischen Geschwistern. Alle drei so unterschiedlichen sexuellen Betätigungen sollten zu einer einzigen Krankheit, der Hysterie, führen? Die Logik sträubt sich dagegen. Die Logik stemmt sich auch gegen die Annahme eines absolut Unbewussten, die völlige Verdrängung solch einschneidender Erlebnisse wie eines sexuellen Missbrauchs oder einer sexuellen Verführung. Gerade das sollte einer totalen Amnesie anheimfallen?

Freud begründete seine überraschende Wende nur halb. Zehn Jahre später sagte er, dass er die Häufigkeit der sexuellen Übergriffe durch Erwachsene überschätzt habe. Auch habe er „die Erinnerungstäuschungen der

Hysterischen über ihre Kindheit von den Spuren der wirklichen Vorgänge“ nicht unterscheiden können. Freud stellte eine neue, komplizierte Theorie auf. Sofern Hysterikerinnen jetzt von sexuellem Missbrauch sprachen, wertete Freud sie als „Verführungsfantasie“ (obwohl er doch in dem Brief an Fließ schrieb, dass er diese nicht ins Bewusstsein heben konnte). Diese Fantasie sei als ein Abwehrversuch gegen die Erinnerung der eigenen sexuellen Betätigung aufzufassen. Jemand hatte früh Sexualität, schämt sich deswegen und klagt einen Erwachsenen an, sie in der Kindheit sexuell missbraucht zu haben. Das ist die entscheidende Revision.

Seine neue Haltung ist derart vernebelt, dass sie wörtlich zitiert werden muss: Hysterische Symptome, so heißt es 1906, „erschieden nun nicht mehr als direkte Abkömmlinge der verdrängten Erinnerungen an sexuelle Kindheitserlebnisse, sondern zwischen die Symptome und die infantilen Eindrücke schoben sich nun die (meist in den Pubertätsjahren produzierten) Fantasien (Erinnerungsdichtungen) der Kranken ein, die auf der einen Seite sich aus und über den Kindheitserinnerungen aufbauten, auf der anderen sich unmittelbar in die Symptome umsetzten. Erst mit der Einführung des Elements der hysterischen Fantasien wurde das Gefüge der Neurose und deren Beziehung zum Leben der Kranken durchsichtig“.

Logisch betrachtet sagte Freud 1906 damit, dass es sexuelle Wünsche des Kleinkindes gibt, in der Pubertät darüber eine erfundene Geschichte aufgebaut wird und dass dann die bekannten hysterischen Symptome einsetzen, die scheinbar keine Ursache haben. Hatte Freud nun die sexuelle Ätiologie der Neurosen beziehungsweise der Hysterien aufgegeben oder nicht? Freud fügte einen Zwischenschritt ein, Ursache und Wirkung blieben gleich. Auffällig ist Freuds Wortwahl, die immer unklarer wird. Statt sexuellen Missbrauch sind es nun sexuelle Kinderwünsche und statt der Hysterie ist es jetzt die

Neurose. Freud spricht von verdrängten Erinnerungen an sexuelle Kindheitserlebnisse, aber verdrängt werden kann doch nur, was vorher erlebt und erinnert wurde? Und obwohl Freud in seinen frühen Fallgeschichten Patientinnen erwähnt, meint er jetzt die Knaben, die ihre Mütter beschlafen wollen. Auch sonst hatte Freud erhebliche Mühe, seine Theorie auf Mädchen anzuwenden.

Freud machte wiederholt klar, „dass die neurotischen Symptome nicht direkt an wirkliche Erlebnisse anknüpften, sondern an Wunschfantasien, und dass für die Neurose die psychische Realität mehr bedeute als die materielle“. So steht es in der *Selbstdarstellung* von 1925. Man beachte die unangekündigte, heimlich untergeschobene Verschiebung von der „Erinnerungsdichtung“ zur „Wunschfantasie“: Die Hysterikerinnen *wünschten* sich den sexuellen Missbrauch viele Jahre zuvor, sie träumten davon – und dennoch bedarf es der Deckerinnerungen? Freuds Verführungstheorie um 1925 hat also offenbar folgenden Inhalt: Hysterische Patientinnen hatten frühen sexuellen Missbrauch erlitten oder erhofft, sie erinnern sich daran oder auch nicht, produzieren in der Pubertät verschleierte Deckerinnerungen und entwickeln eine Hysterie. Was nun tatsächlich im Leben der Patientinnen passierte und was die Beweise für das sexuelle Trauma als Grundlage einer *jeden* Hysterie angeht, bleibt weiterhin im Unklaren.

Man kann es positiv sehen und sagen, mit dieser Wende wurde immerhin die psychische Verarbeitung von Erfahrung wichtig. Es zeigte sich, dass die Verarbeitungsmodi in den Individuen sehr unterschiedlich sind und Erfahrung und Erlebnis nicht eins zu eins übereinstimmen. Was ein Mensch erlebt und erinnert ist keine Widerspiegelung der äußeren Wirklichkeit, sondern ein eigener intrapsychischer Wirklichkeitsbereich. Ihn konnten die Tiefenpsychologen jetzt beliebig füllen. Freud übertrieb diese Erkenntnis in gewohnter Weise: Das Unbewusste könne

grundsätzlich nicht zwischen Faktum und Fiktion unterscheiden. Wie sollte dann ein Patient 20 oder 30 Jahre später zuverlässig darüber befinden, ob er in der Kindheit sexuell vergewaltigt wurde oder nicht? Freud konnte den Schilderungen der Hysterikerinnen nicht mehr glauben, deshalb sagte er ihnen, was sie tatsächlich erlebt und wie sie es verarbeiten hatten.

Nehmen wir also an, dass Freuds damalige Patientinnen nicht von ihrem sexuellen Trauma erzählt haben, sondern dass Freud dieses ihnen suggerierte bzw. rekonstruierte, was ja ein erheblicher Unterschied wäre. Aber zweifelte nicht Freud an der sexuellen Ätiologie der Hysterie? War diese denn nun zu belegen oder nicht? Und ergab die Rekonstruktion oder das Aussprechen einen therapeutischen Erfolg oder nicht?

Erinnern wir uns noch einmal: Freud konnte bei den meisten seiner Patientinnen keine Erinnerung an sexuelle Übergriffe in der Kindheit hören, aber er meinte solche Ereignisse und Erlebnisse aus den hysterischen Symptomen rekonstruieren zu können. Die Patientinnen erinnerten sich nicht an schlimmes Sexuelles in der frühen Kindheit, was Freud dazu veranlasste, den Wahrheitsgehalt ihrer Erinnerungen grundsätzlich in Zweifel zu ziehen und ihnen zu unterstellen, sie hätten sich den sexuellen Missbrauch als Kind gewünscht und den Wunsch hätten sie schamhaft, aber erfolgreich ins absolut Unbewusste verdrängt. Nur Freud wusste, wie ihnen geschehen war.

Manche Erinnerungsgehalte sind tatsächlich nicht zuverlässig. Das können Erinnerungen sein, die bewusst und explizit erzählt werden, die aber dennoch nicht stimmen. Dann gibt es noch Erinnerungen, so Freud weiter, die verdrängt werden und angeblich unverändert im Unbewussten weiterwirken. Wenn Erinnerungen so unzuverlässig sind, wie steht es dann um den Wahrheitsgehalt der Verdrängungen? Das Unbewusste kennt keine Unterscheidung zwischen Realität und Fantasie, betonte Freud immer wieder. Aber

ist das Bewusstsein bzw. das Ich nicht dazu da, zumindest annähernd der Realität nahe zu kommen? Ist darauf überhaupt kein Verlass? Ist es wirklich egal, was tatsächlich passierte?

Freuds Anliegen war es, die damals verbreitete These von der „Degeneration“ psychisch Kranker zu widerlegen. Das ist ihm gelungen. Die These von der sexuellen Ätiologie der Hysterie stand gegen die These der neurologisch vererbten seelischen Entartung. Richard von Krafft-Ebing war ein entschiedener Anhänger der These von der degenerativen Erbllichkeit seelischer Krankheiten, namentlich der Homosexualität. Aus der Zwillingsforschung und der Adoptionsforschung wissen wir heute, dass ein genetischer Anteil auch bei seelischen Krankheiten anzunehmen ist, ohne dass man diesen präzise beziffern könnte. Ganz sicher aber hatte Freud nicht recht, die Hysterie aus einer singulären spezifischen Krankheitsursache, eben dem sexuellen Missbrauch, abzuleiten.

### **Deckerinnerung und Verdrängung**

Um die These von der verdrängten sexuellen Misshandlung zu untermauern, führte Freud eine neue Kategorie ein, die schon erwähnte Deckerinnerung. Die manifeste (präsentierte) Deckerinnerung sei nicht das wahre Erlebnis aus der Kindheit, sie seien Fantasieprodukte des Betreffenden und hätten keinen Wahrheitsgehalt. Von der Deckerinnerung behauptete Freud: dass sie unter ihrer Oberfläche alles Wesentliche aus den ersten Lebensjahren enthalten; dass er aus den Deckerinnerungen die wesentlichen Ereignisse der ersten drei Lebensjahre rekonstruieren könne; dass Deckerinnerungen die vergessenen Kinderjahre so zureichend wie der manifeste Trauminhalt die Traumgedanken repräsentieren würden; dass sie in Beziehung zu anderen Gedächtnisinhalten stehen würden, die aufgrund ihres anstößigen Inhalts verdrängt werden mussten; dass mit seiner Methode die Kindheitsamnesie vollkommen überwunden werden könne.

Verdrängt wird etwas Anstößiges, aber statt es bei diesem einfachen Verdrängen zu belassen, produziert das Gehirn überflüssigerweise ein harmloses Bild, welches in Erinnerung bleibt. Wieder betont Freud, dass das psychische Leben von diesen Vorgängen nichts erkennen lässt. Freud konstruierte dann die wichtig werdenden Theorien von Verdrängung und Deckerinnerung, um irgendwie doch noch seine andere These von sexuell anstößigen Wünschen in den ersten drei Lebensjahren zu belegen. Mit der These vom absolut Verdrängten konnte er glauben machen, dass es Erinnerungsinhalte gibt, die keinerlei Spuren hinterlassen, weder im expliziten Gedächtnis noch in der Phänomenologie des psychischen Geschehens. Der Therapeut merkt und sieht nichts am Patienten, er hört auch nichts Entsprechendes, aber er ist da, der sexuelle Missbrauch.

Freud stellte richtig fest, dass vieles von dem, was wir in späteren Jahren über unsere Kindheit sagen, faktisch nicht stattgefunden hat oder stark subjektiv gefärbt ist. Dieser Befund ist unstrittig. Aber welche Qualität hat die Erinnerung? Wie lässt sich eine Erinnerung von einer Deckerinnerung unterscheiden? Deckerinnerungen sind für Freud keineswegs die liebenswerten und harmlosen kleinen Verfälschungen des Gedächtnisses bezüglich unserer Kindheit, jener „Roman“, der später einmal unsere Lebensgeschichte sein wird. Wir sind immer noch bei der Freud'schen These, dass Missbrauch stattgefunden hat, dass sich die Betreffende nicht daran erinnern kann, auch nicht davon spricht, auch nicht durch eine analytische Therapie Erinnerungen dazu hervorgerufen oder hervorgehoben werden können, dass stattdessen harmlose Deckerinnerungen dem Analytiker vorgesetzt werden, der in der Lage ist, anhand der Deckerinnerung genau diesen sexuellen Missbrauch, der in den ersten drei Jahren, also während der kindlichen Amnesie, stattgefunden haben muss,

zu erkennen. Der Leser harrt immer noch einer nachvollziehbaren Erklärung.

## Traumdeutung

Freuds Hysterie-Theorie ist ein zweistöckiges Gebäude aus oberirdisch Sichtbarem und unterirdisch Verborgenen. Dem gleichen Schema folgt seine Traumtheorie, die er 1900 in dem berühmten Buch *Die Traumdeutung* darlegte. Freud unterscheidet darin, das ist entscheidend, zwischen manifestem und latentem Trauminhalt. Der *manifeste* Trauminhalt ist das, was der Träumer am nächsten Morgen noch erinnert. Darunter liegt der *latente* Trauminhalt, der eigentliche Trauminhalt, der in dieser Klarheit vom Träumer nicht erkannt werden darf.

Im latenten Trauminhalt fand Freud als ein konstantes Element immer einen momentanen „Tagesrest“, welcher mit Kindheitserinnerungen in einem Zusammenhang steht. Freud sagte, der latente Traum stehe mit einem Fuß in der Gegenwart, mit dem anderen in der Kindheit. Der latente Trauminhalt repräsentiere einen unerfüllten Wunsch aus der fernen Kinderzeit. Hier führte Freud einen Begriff ein, den er in seiner Selbstanalyse und bei seinen Patienten gefunden zu haben meinte, den Ödipuskomplex: Der kleine Junge will seine Mutter (sexuell) besitzen und möchte seinen Vater loswerden. Er hat aber Angst vor dem bedrohlichen Vater und fürchtet die Kastration als Strafe für seine inzestuösen Gefühle gegenüber der Mutter. Dies ist, so sagte Freud, das schreckliche Geheimnis, dass jeder Mann in den Schlupfwinkeln seines Herzens bewahrt, verdrängt und vergisst. Und doch erscheint dieses Geheimnis in verschleierter Form jede Nacht in einem Traum. Damit der Träumer nicht auf sein eigenes vermeintliches Geheimnis gestoßen wird, erfolgt von einem nicht näher bezeichneten Zensor im Ich her eine Art redaktionelle Bearbeitung des

Traums durch inhaltliche Veränderungen und Verschleierung.

Von Freuds Traumdeutung ist den meisten das Dogma bekannt, welches besagt, dass *jeder* latente Traum eine Wunscherfüllung sei, genauer gesagt die Ersatzerfüllung eines verdrängten, unannehmbaren sexuellen Wunsches, nämlich die Mutter zu beschlafen. Deshalb muss der Zensor eingreifen. Wer durch einen Albtraum aufwacht, ist zu nah an das Ödipus-Tabu herangekommen und wird vorsichtshalber geweckt.

Freud war nicht der erste, der den (latenten) Traum als verkappte Wunscherfüllung bezeichnete. Er hatte die Fachliteratur über Träume ausführlich studiert und meinte, keines der früheren Werke könne an seines heranreichen. Tatsächlich stützte er sich kräftig auf sie. Auch war er nicht der erste, der persönliche Träume einbrachte und interpretierte. Es gab vor Freud vielfältige Versuche, die Regeln, nach denen sich Träume bilden, wissenschaftlich zu deuten. Damals wie heute waren Traumbücher en vogue, die den Lesern Vorschläge machen, wie sie einzelne Traum inhalte deuten sollten. Viele von Freuds Beispielen folgen diesem willkürlichen Muster. Originell war Freud in der Unterscheidung von latentem und manifestem Traum inhalt, in der Verknüpfung von Tagesrest und Kinderzeit, in der Einführung eines Zensors und in der Übertragung der freien Assoziation von der Therapie auf die Traumdeutung.

In den drei erstgenannten Punkten konnte ihm eine unvoreingenommene Wissenschaft nicht folgen, nur der vierte Punkt hat zumindest in der Tiefenpsychologie Bestand. Im Kapitel „Traumdeutung“ wird genauer auf die Kritik an den unwahrscheinlichen Prämissen Freuds, das Träumen betreffend, eingegangen.

### **Psychopathologie des Alltagslebens**

Nach der Hysterie- und der Traum-Theorie war Freuds dritter großer Beitrag zur Tiefen-

psychologie seine *Psychopathologie des Alltagslebens* (1904). Er beschäftigt sich darin mit dem Vergessen, mit der Möglichkeit, einen vergessenen Namen zu erinnern, wenn eine geeignete Assoziation auftaucht, mit dem Versprechen, dem Verschreiben und anderen Handlungen, die Freud unter der Bezeichnung Fehlleistungen zusammenfasste. Sie seien Folge eines Konflikts zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten (und nicht etwa ein Ergebnis von Ablenkung oder Schwächerwerdens der Erinnerung oder anderer naheliegender Gründe).

Vergessen und Erinnerung hängen natürlich eng zusammen. Die oftmals nur wenigen Erinnerungen aus dem dritten oder vierten Lebensjahr waren für Freud aber nicht ausschlaggebend. Er nannte sie Deckerinnerungen, die bedeutsamere Inhalte verdrängen. Der Mechanismus der Deckerinnerung läuft so: Ein lebendiges (erfundenes) Bild aus der frühen Kindheit ist ein harmloser Ersatz für ein späteres, unangenehmes Ereignis des Jugendalters. Freud bringt dafür in seiner Abhandlung ein Beispiel, von dem Siegfried Bernfeld später nachweisen konnte, dass es sich um einen autobiografischen Bericht handelt. Freuds Beweisführung ist derart kompliziert, dass sie hier nicht ausgebreitet werden kann. Sie ist alles andere als überzeugend. Die Verbindung zwischen Kindheit und Jugendalter ist in Freuds Traum keineswegs geheim, sondern liegt klar zu Tage: Er trifft die Spielkameradin aus dem dritten Lebensjahr im Alter von 17 Jahren wieder. Und ein absurder, peinlicher oder gar anstößiger Wunsch, der verdeckt werden müsste, ist nirgends zu entdecken, es sei denn, man bezeichnet es wie Freud als „Defloration“, dass der kleine Junge dem Mädchen einen Strauß Blumen mutwillig weggenommen hatte.

Das Buch wurde sicherlich so populär, weil jedermann Beispiele für Fehlleistungen wie Versprechen, Fehlhandlungen und Verwechslungen parat hat. Freud selbst griff unter anderem auf reichhaltiges Material in

der Literatur zurück. Beispielsweise will in Theodor Fontanes *L' Adultera* eine junge Frau ihrem Ehemann einen Ball zuwerfen, wirft ihn aber „versehentlich“ einem danebenstehenden jungen Mann zu, den sie – noch unbewusst – erwählt hat und der später ihr Liebhaber wird. Freud beschrieb weit verbreitete Phänomene und hatte eine tief-schürfende Theorie dafür: Ein Großteil alltäglicher Fehlleistungen ist Ausdruck unbewusster Absichten. Harmlosigkeiten wurden auf einmal wichtig. Was Freud nicht gelten ließ, das war der Zufall. Wenn jemand einen Regenschirm vergisst, dann jedenfalls nicht, weil er beim Hinausgehen gerade an etwas anderes dachte oder im Gespräch vertieft war. Mit solch naheliegenden Antworten gab sich Freud nicht zufrieden. Hinter jedem Oberflächenphänomen lauerte etwas Verborgenes, wie überall in seiner Theorie.

Man könnte annehmen, dass es bei Freud im psychischen Bereich keine Willensfreiheit gibt. Unbewusste Vorgänge determinieren die bewusste Ebene. Immerhin, die *Psychopathologie des Alltagslebens* wurde gut aufgenommen, häufig neu aufgelegt, erweitert, in viele Sprachen übersetzt und bietet auch heute noch einen hohen literarischen Genuss, gepaart mit einer Bewunderung für Freuds spekulative Unverfrorenheit.

### **Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten**

Sein vierter großer Beitrag zur Tiefenpsychologie war *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewussten* (1904). Ausgangspunkt waren gewisse Ähnlichkeiten zwischen den Mechanismen des Traumes und des Witzes; die Träume erinnerten ihn an schlechte Witze. Er fand inhaltliche Verdichtung, Verschiebung, Verkehrung ins Gegenteil – ähnlich den Vorgängen beim Träumen. Freud unterschied harmlose Witze mit Überraschungseffekt und aggressive Witze, die entblößen oder verführen sollen. Letztgenannte sind ein

Ventil, um anstößige Bedürfnisse in tolerabler Form auszudrücken. Der Witz erlaube die ungefährliche Abfuhr eines angestauten Triebes. Aber man kann auch die gegenteilige These vertreten: Gerade bei brisanten, obszönen, tendenziell aggressiven Witzen steigt die Spannungskurve. Die Angst, die so gut verdrängt ist, wird im Witz kurzzeitig befreit, zur Erleichterung des Erzählers und des Hörers gleichermaßen. Konflikte werden im Witz, wenigstens zum Schein, gelöst. Eine Pointe muss der Witz immer haben. Freud hielt sein Leben lang an der Unterscheidung fest, dass der Witz allein mit der Lust umgehe, der Galgenhumor aber mit der Angst. Diese Unterscheidung ist von seinen Schülern aufgehoben worden – übrigens, wie auch bei anderen Änderungen üblich, ziemlich stillschweigend. Sein Witz-Konzept wäre verständlicher, hätte er den Akzent weniger auf Unlust-Ersparung als auf Befreiung und Entlastung gelegt, Befreiung von der drückenden Norm und Befreiung des verdrängten Triebes. Viel gelobt wurde das Werk wegen seiner Witzbeispiele, die für Anschaulichkeit und Lesevergnügen sorgen, aber heute kaum noch verständlich sind. Es sind liebevolle Geschichten aus dem Wiener Milieu, ein weiteres Beispiel dafür, dass Freud Wien nicht Zeit seines Lebens gehasst hat, wie die Legende behauptet.

Der Rundfunkredakteur Eike Christian Hirsch hatte 1985 seine Zeitungskolumne zu einem Buch mit dem Titel *Der Witzableiter* gebündelt und die Freud'sche Witztheorie deutlich erweitert. Hirsch verehrt Freud in der hügeligen Landschaft des Humors als wahren Dreitausender. Freud selbst habe mehr Sarkasmus als Humor besessen. Hirsch analysierte das Blödeln als Regression, die Albernheit, die unfreiwillige Komik (darüber lachen Kinder besonders gern), den Kalauer, den Schüttelreim, die Wortspiele, den Doppelsinn des Witzes, die Komik, die Übertreibung, den Überbietungswitz, die Untertreibung, die Absurdität, die Unvollständigkeit der Anspie-



lung, die (manchmal absichtlichen) Missverständnisse, die Irrenwitze, die dumme Bauernschläue, die Situationskomik, die naiv-witzigen Antworten von Kindern, die Anekdoten, die Chuzpe, die Volksgruppenwitze, die Bosheit des Witzes, die Sexwitze, den schwarzen Humor, den Galgenhumor, den Zynismus, das Sichdummstellen, die Schlagfertigkeit, den politischen Witz, die jüdische Selbstironie, das solidarische Lachen und das missgünstige Auslachen. Die Welt des Witzes ist größer als Freud dachte.

Zur Entspannung ein Witz aus Hirschs Buch: Süß und Meyer treffen sich nach 25 Jahren wieder. „Meyer, was ist denn aus deinem Sohn geworden? Das war ein so kluges Kind.“ „Mein Sohn ist geworden ein deutscher Dichter.“ „Dichter? Dichten? Wie macht man das?“ „Na, man macht, dass es hinten gleich ist.“ „Gleich ist?“ „Na, zum Beispiel: Aaron Süß, brech der die Füß.“ „Das kann ich auch: Salomon Meyer, brech der den Hals.“ „Nein! Es muss gleich sein.“ „Es braucht nicht gleich zu sein; es kann auch morgen oder übermorgen sein.“ Meine persönlichen Favoriten sind Psychologewitze. Meinen Lieblingswitz kann ich den Lesern nicht vorenthalten: Ein Patient kommt zum Therapeuten. Der Therapeut sagt: „Meine Stunde kostet 200 Euro und Sie dürfen nur zwei Fragen stellen.“ Der Patient verblüfft: „200 Euro und nur zwei Fragen. Ist das nicht ein bisschen teuer?“ „Nicht unbedingt. Und wie lautet Ihre zweite Frage?“

Der grundlegende Mechanismus von Hysterie, Träumen, Fehlleistungen und Witzen ist immer der gleiche: Das psychische Leben läuft auf zwei Ebenen ab – einer bewussten und einer unbewussten. Auf der bewussten, oberen Ebene liegen die sichtbaren Handlungen und erinnerten Trauminhalte. Die unbewusste Ebene beginnt mit der Verdrängung in der frühen Kindheit durch ein Trauma (sexueller Missbrauch). Beide Ebenen laufen fortan parallel. Von der Existenz zweier Ebenen erfährt der Kundige durch Symptome, Träume, Fehlleistungen und Witze, die

bei unvollständiger Verdrängung zur sichtbaren Ebene hinaufdrängen. Freuds Neuerung war die dynamische Auffassung von der Beziehung der beiden Ebenen. Das ist die vertikale Dynamik. Hinzu kommt die horizontale Dynamik, die Verknüpfungen zwischen früher und heute.

## Der Fall Dora

Freud war gehalten, seine Theorie an einem weiteren Fall zu exemplifizieren. Der Fall „Dora“, veröffentlicht 1905 als *Bruchstücke einer Hysterie-Analyse*, ist die berühmteste und am häufigsten zitierte Kasuistik der Psychoanalyse. Dora – ein Deckname für Ida Bauer – war ein intelligentes und attraktives Mädchen von 16 Jahren, das unter anderem an nervösem Husten, asthmatischen Symptomen und gelegentlichem Stimmverlust litt. Nach einer Selbstmorddrohung wurde sie von ihrem Vater zu Freud in die Behandlung geschickt.

Die Anamnese zeigt eine verworrene Situation. Doras Vater, der häufig krank war, wurde von der Ehefrau eines befreundeten Ehepaars gepflegt, was Dora mit Missbehagen sah. Der Ehemann des befreundeten Paares überschüttete Dora mit Geschenken und Blumen und versuchte mit ihr zu flirten, was sie ärgerlich zurückwies. Empört teilte Dora ihrer Mutter mit, dass dieser Herr K. ihr Anträge gemacht habe; ihr Vater weigerte sich, dies zu glauben. Herr K. leugnete alles und denunzierte Dora bei ihren Eltern, sie habe halb-pornographische Schriften gelesen. Nach und nach erzählte Dora ihrem Analytiker, dass ihr Vater und Frau K. ein Verhältnis hätten. Herr K. dulde dieses Verhältnis und dürfe sich mit ihres Vaters Erlaubnis an Dora herangemacht haben. Dora kümmerte sich zudem liebevoll um die kleinen Kinder der K.s. Dora gab an, ihr Vater sei sexuell impotent. Freud glaubte zu erkennen, Dora liebe nicht nur ihren Vater und Herrn K., sondern auch Frau K., die sie sexuell aufgeklärt habe.

Freud wollte demonstrieren, wie die Traumdeutung eine Behandlung fördert, indem sie Erinnerungslücken auffüllt und eine Erklärung für die Symptome liefert. Die beiden Träume Doras und ihre Deutung sind zu komplex, als dass sie hier zusammengefasst werden könnten. Der erste Traum wird von Freud so gedeutet, dass er Doras alte inzestuöse Liebe zu ihrem Vater und die Tatsache offenbart, dass sie als Kind masturbiert hatte. Der zweite Traum führt den Leser noch tiefer in die geheimen sexuellen Wünsche Doras und geht über alles hinaus, was eine entlarvende Literatur bis dato erreicht hatte.

Mit einer heute despotisch anmutenden Rechthaberei trieb Freud das Mädchen immer wieder mit sexuellen Deutungen in die Ecke. Ihren Husten interpretierte er als Nachahmung der väterlichen Koitusgeräusche und ein gereizter Blinddarm wurde in eine Entbindungsfantasie umgemünzt. Doras Leugnen wurde von Freud als Geständnis und Bestätigung gewertet. Ida Bauer entzog sich dem sexuellen Treibhausklima des Verbalakrobaten Freud auf eine höchst anständige und erwachsene Weise. Sie besuchte Freud ein letztes Mal, um ihm mitzuteilen, dass sie die Therapie beende. Dennoch rechnete Freud sich den Fall als Heilung an. Sie besuchte nach einiger Zeit Freud und berichtete, die meisten ihrer Symptome hätten sich gelegt, nachdem sie ihren Vater, seine Geliebte und deren Mann mit ihren Erfahrungen konfrontiert habe und diese alles zugegeben hätten.

Noch heute wird von Psychoanalytikern die Legende kolportiert, das Sprechen über Sexualität sei damals ein Tabubruch gewesen, weshalb (so eine Wiener Psychoanalytikerin 2006 in einem Beitrag für den österreichischen Rundfunk ORF) „die zeitgenössische Öffentlichkeit in der Rezeption von Freuds Werken vielfach mit Empörung reagiert hat“. Ellenberger schreibt freundlich, Freuds Technik scheine heute „nicht mehr angemessen“. Tatsächlich wurde der Fall von mehre-

ren Psychologen neu interpretiert, mit dem Ergebnis einer schweren Erschütterung für die Glaubwürdigkeit des Erfinders der Psychoanalyse. Die Kritik entzündet sich an der Sexualität, aber nicht, weil Freud Sexualität zum Thema machte, sondern weil er dem Mädchen sexuelle Deutungen überstülpte, die sie – eine 16-Jährige – gegenüber der damals 45-jährigen männlichen Autoritätsperson nicht ohne Weiteres zurückweisen konnte. Dora war in ein Gespinnst von familiären Lügen und Unaufrichtigkeit eingewoben, das die junge Frau durchschaute. Freud aber wollte in ihrem Verhalten nur seine psychoanalytische Theorie bestätigt sehen, mit dem entscheidenden Unterschied jedoch, dass die Hypothese vom sexuellen Missbrauch der Frau und ihrer späteren Neurose aufgegeben wurde zugunsten der Vorstellung, dass es sich um sexuelle Fantasien Doras handelt. Freuds Deutung war ein Akt der Aggression. Dora bzw. Ida war klug genug, Freuds eklatanten Behandlungsfehler zu erkennen und die Therapie zu beenden.

Die Nichtanerkennung der Realität und die Überbewertung von Fantasie und vermeintlich tieferer Realität verfolgte die Psychoanalyse noch Jahrzehnte. Doras Krankengeschichte diente Generationen von Ausbildungskandidaten der Psychoanalyse als Modell, welches sie dogmatisch prägte. Heutzutage ist es schwer sich vorzustellen, welches ungewöhnliches Ereignis es war, dass sich jemand so ausführlich dem psychischen Innenleben einer Patientin widmete und jede noch so kleine Äußerung ernst nahm. Zugleich ist es schwer sich vorzustellen, dass dem Pionier der Tiefenpsychologie ein derart eklatanter Behandlungsfehler unterlaufen konnte.

### **Libido-Theorie, kindliche Sexualität und Ödipus**

Freud hatte proklamiert, das Unbewusste mache keinen Unterschied zwischen Tatsa-

chen und Fantasien. Vielen Lesern und Therapeuten war dennoch bewusst, dass versucht werden sollte, zwischen beiden zu unterscheiden, und dass die realen Ereignisse als solche gewürdigt werden müssen, um den Patienten gerecht zu werden. Dass Freud in diesem Punkt versagte, macht einen Teil der Kontroversen um die Psychoanalyse aus, nicht das Thema Sexualität als angeblicher Tabubruch. Doch nun, da die Realität wenig zählte, war der Spekulation Tür und Tor geöffnet. Sie brach sich erneut Bahn in den *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie* (1905).

In der ersten Abhandlung werden sexuelle Abweichungen klassifiziert, beispielsweise die Homosexualität, wobei Freud auf die grundsätzliche Bisexualität des Menschen hinwies, ebenso auf das Fehlen einer scharfen Grenze zwischen Perversion und normaler Sexualität. Der Neurotiker werde Neurotiker, weil er einen starken Sexualtrieb verdrängt und seine Sexualität tendenziell pervers ist. Der zweite Artikel handelt von der kindlichen Sexualität. Freud fragt sich, warum dieses Phänomen bis dahin fast unbekannt geblieben ist. Die Vorstellungen von „kindlicher Unschuld“ spielten sicher keine geringe Rolle. Doch es war vor allem die eigenartige Amnesie, die Unfähigkeit, sich an die ersten drei oder vier Lebensjahre zu erinnern. Sodann beschrieb Freud die aufeinanderfolgenden Phasen der Entwicklung der kindlichen Sexualität, die er an den Schleimhäuten festmachte.

Die erste Phase ist autoerotisch und an den Mund gekoppelt (Befriedigung durch das Saugen). Auf die orale Phase folgt die anale; die Befriedigung wird erlangt durch Zurückhaltung des Stuhls – das Kind lernt sich zu beherrschen. In der dritten Phase spielen die Genitalien eine Rolle; viele Kinder fassen sich mit Lust zwischen die Beine. Freud nannte diese Phasen „polymorph pervers“, d.h., die Anlagen für alle Perversionen sind vorhanden, und sie werden unter bestimmten Umständen beim Erwachsenen entwickelt. In

späteren Ausgaben fügte Freud dieser zweiten Abhandlung noch einige Einzelheiten hinzu, unter anderem äußerte er sich über die „Urszene“, d.h., wenn das Kind die Eltern beim Geschlechtsverkehr beobachtet.

Die dritte Abhandlung befasst sich mit der Pubertät, in welcher der Mensch sich nach einer so genannten (sexuellen) Latenzzeit von der Autoerotik auf externe sexuelle Objekte umstellt. Diese Umstellung sei für Frauen schwieriger als für Männer, weshalb Frauen eher zur Hysterie neigen als Männer. Die *Drei Abhandlungen* enthalten außerordentlich reichhaltiges Material, vor allem die Hervorhebung des Ödipuskomplexes, die Ausarbeitung bestimmter Charakertypen je nach Ausprägung der libidinösen Phasen, die Abweichungen von der sexuellen Norm, frühe Sexualfantasien und die Erforschung der sexuellen Früherlebnisse.

Erneut muss die These zurückgewiesen werden, die Kritik an Freud sei von einem pruden Viktorianismus genährt worden. Der französische Psychiater Auguste Forel gibt in seinen Memoiren eine lebhaftere Beschreibung von der Laxheit der sexuellen Sitten in Wien, und er fügte hinzu, in Paris sei es auch nicht besser. Probleme der Geschlechtskrankheiten, Empfängnisverhütung und der sexuellen Aufklärung von Kindern wurden überall erörtert. Maupassant, Schnitzler, Wedekind und viele andere weiteten die Zonen des Sexuellen literarisch aus. Die narzisstische Liebe wurde von vielen Dichtern und Schriftstellern in reicher Fülle ausgebreitet. Freuds Neuerung bestand darin, dass er diese Konzepte systematisierte und in die Psychiatrie bzw. Psychotherapie einführte. Freud bestätigte, dass die erotische Bindung zwischen Kleinkind und Mutter natürlich und normal sei. Er fügte aber die Gedanken über den Todeswunsch des (männlichen) Kindes gegenüber dem Vater, über seinen Wunsch, die Mutter sexuell zu besitzen, und die Angst vor der Kastration durch den Vater ein. Der Ödipuskomplex umfasst also drei Komponenten: ein sexuelles Begehren der Mutter,

einen Todeswunsch dem Vater gegenüber und die Angst vor Bestrafung mittels Kastration.

Zu Freuds Zeiten gab es noch keine Entwicklungspsychologie, die Kindheit war von der akademischen Psychologie als wissenschaftliches Thema noch nicht entdeckt. Es war von ihm kühn, seine Traumatheorie mit einer entwicklungspsychologischen Lehre zu verbinden. Aber er verfügte über keinerlei Beobachtungen an Kindern. Den berühmten Fall des „kleinen Hans“, eines Fünfjährigen, behandelte er nicht selbst, sondern war ihm nur von Gesprächen mit dem Vater bekannt (*Analyse der Phobie eines fünfjährigen Knaben*, 1909). Bei Hans war es allerdings die Mutter, die mit Kastration drohte, als er an seinem „Wiwimacher“ spielte. Einmal nahm der Vater Hans mit zu einem kurzen Besuch in Freuds Praxis. Freud erklärte dem Kind, er fürchte seinen Vater, weil er seine Mutter so sehr liebe. Die weit reichenden Phobien des kleinen Hans verschwanden, als dieser offen aussprechen konnte, er sehe den Vater gerne tot und würde gern seine Mutter heiraten. Von diesem Zeitpunkt an gingen die Reste der Phobie allmählich zurück; der Ödipuskomplex war überwunden. Die Einzelheiten dieser Fallgeschichten stimmen mit Freuds Theorien ausnahmsweise einmal überein. Aber Freuds Phasenlehre ist ein theoretisches Konstrukt, es sind erdachte Elemente und keine eigenen Beobachtungen. Freuds Frau Martha, die die Psychoanalyse für eine Art höhere Pornographie hielt, hatte darauf bestanden, dass die Psychoanalyse vor den Kinderzimmern der Berggasse 19 aufhöre. Entscheidende kindliche Entwicklungsschritte wie das Erlernen des aufrechten Ganges, die Bedeutung des Spiels oder die Sprachentwicklung tauchen bei Freud nicht auf. Viele andere körpernahe Aktivitäten (hören, sehen, berühren) werden nicht erwähnt. Es ist schwer vorstellbar, dass Säuglinge und Kleinkinder nur aus Mund, After und Genitalien bestehen.

Das mythologische Modell von der Vaternötung und der sexuellen Inbesitznahme der Mutter stammt nicht aus dem antiken Ödipus-Drama – und auch nicht aus dem Mythos von Saturn und Jupiter, wie Ellenberger schreibt. Saturn wurde von seinem Vater Uranus mit dem Tode bedroht, aber durch seine Mutter gerettet. Dann kastrierte Saturn seinen Vater (und nicht umgekehrt). Später aß Saturn seine Kinder, ausgenommen Jupiter, der von seiner Mutter gerettet wurde. Was die Ödipus-Sage angeht, so besteht der entscheidende Unterschied zu Freuds Ödipuskomplex darin, dass Ödipus *nicht* wusste, dass es sein Vater war, den er tötete, und dass es seine Mutter war, zu der er sich ins Bett legte. Auch war Ödipus ein erwachsener Mann, kein Kleinkind. Ödipus war so entsetzt über seine Tat, dass er sich blindete. Er hatte unwissentlich gegen das Inzestverbot verstoßen, welches praktisch den Zwang bedeutet, Verwandte oder befreundete Artgenossen als Sexualpartner zu meiden und nicht vertraute Artgenossen als sexuelle Partner zu suchen.

Die nahen und vertrauten Artgenossen sind nicht die, welche eine sexuelle Anziehung auf das sexualreife Individuum ausüben. Sein Hinauswachsen über das eigene Heim und die Bindung an einen vorher unbekanntem Partner ist eine der großen Aufgaben menschlicher Reifung und Entwicklung. Das Fremde und Nichtvertraute hat durchaus Anziehungskraft, wobei die grundlegende Disposition zur Neugier zum Tragen kommt. Hierin besteht die grundlegende Fehlinterpretation der Ödipussage durch Freud. In der Ödipussage sind sich Ödipus und sein Vater beziehungsweise seine Mutter fremd. Erst dadurch kann sexuelle Anziehung entstehen. Freud transportierte diese Sage unberechtigt in die familiäre Situation. Inzest kommt bedauerlicherweise immer wieder vor, aber im Großen und Ganzen wird die Inzestschranke von den Familien und Völkern eingehalten.

Freuds mythologisches Interesse ist beträchtlich, und er verwandte viel Aufmerksamkeit auf die Sammlung sexueller Symbole aus früheren Epochen und anderen Ländern. Er bewies viel Scharfsinn bei der Beobachtung bestimmter Phänomene in der kindlichen Entwicklung, beispielsweise die unsichere Annahme vieler Kleinkinder, sie seien gar nicht die Kinder ihre Eltern, sondern stammen woanders her. Und immer verknüpfte Freud diese Phänomene mit psychiatrischen Krankheitsbildern, beispielsweise dem Wahn.

### **Narzissmus, Verdrängung, Eros, Thanatos, Ich-Es-Überich, Abwehr, Ich-Psychologie**

Die Autoerotik in den Kinderjahren fesselte Freuds Interesse. Er nannte die sexuelle Selbstbeschäftigung „Narzißmus“. Der Säugling besitze „primären Narzißmus“, wovon es wenig später einen Teil in die Mutter und noch später in andere „Objekte“ investiere („sekundärer Narzißmus“ im Sinne einer Energieabgabe). Wird zu wenig Libido an andere abgegeben, verbleibt zu viel Libido bei einem selbst, dann komme es zu Größenwahn, Schizophrenie, Hypochondrie und Paraphrenie (Wahn und Halluzinationen). Wenn das Subjekt zu viele Libido in das Objekt investiert, seien Vernarrtheit und Selbstverleugung die Folge.

Die Theorie vom Narzissmus wurde Ausgangspunkt einer weitgehenden Umstrukturierung der psychoanalytischen Theorien ab 1915. Der topische Gesichtspunkt bedeutet die Unterscheidung von Unbewusstem, Vorbewusstem und Bewusstem. Der dynamische bezieht sich auf die psychischen Kräfte, die in Konflikt miteinander stehen. Der ökonomische erfasst die Regulierung psychischer Energien durch das Lust-Unlust-Prinzip. Freud beschrieb in mehreren Aufsätzen die allgemeinen Merkmale der Triebe: ihren Drang, ihr Ziel, ihr Objekt, ihre Quelle, ihre Schicksale. Die Verdrängung wurde differenziert in ödipale „Urverdrängung“ und die

eigentliche Verdrängung. Der Unterschied besteht darin, dass in der Urverdrängung die so genannten seelischen Repräsentanzen der Triebe angeblich nie ins Bewusstsein eingelassen worden sind, während die eigentliche Verdrängung vorher Bekanntes ins Unbewusste zieht.

Er stieß auf das Phänomen, dass Unangenehmes durchaus erinnert und sogar manchmal wiederholt wird, beispielsweise im Alptraum. Das passte nicht zum Lust-Unlust-Prinzip der Triebtheorie, wonach der Mensch angeblich nichts anderes wünscht, als ruhig, satt und trocken zu sein wie ein Säugling. Freud konstruierte den „Wiederholungszwang“, der *Jenseits des Lustprinzips* (1920) am Wirken ist. Er unternahm einen Ausflug in die ansonsten ungeliebte Philosophie und postulierte einen Todestrieb (Thanatos) neben dem libidinösen Trieb namens Eros. Wie Arthur Schopenhauer und Novalis proklamierte Freud nun, „das Ziel des Lebens ist der Tod“. Eros ist der Aufschub des Todes durch die Flucht nach vorn, Thanatos ist der Wunsch nach Auflösung im Nirwana. Das Leben sei ein Kompromiss zwischen beiden, bis der Todestrieb die Oberhand gewinnt.

Diese Theorie war zwar seltsam, aber durchaus nicht unbekannt. Der österreichische Psychoanalytiker Otto Rank vertrat 1924 die Theorie, jeder Mensch sehne sich danach, in den Mutterleib zurückzukehren. In der antiken Philosophie und in der Romantik wurden Konzepte vertreten, die den Widerstreit von Leben und Tod, Destruktion und Werden, Chaos und Struktur thematisierten. Dennoch stieß diese neue Dichotomie selbst unter Psychoanalytikern auf Skepsis. Der Tod sei nicht das Ziel des Lebens, sondern das Ende.

Das „Es“ als Instanz des Unbewussten wurde 1923 im Zuge einer weitreichenden Umstrukturierung des bis dato geltenden psychoanalytischen Konzepts eingeführt. Hatte Freud bislang die drei seelischen Schichten Unbewusstes, Vorbewusstes und Bewusstes unterschieden, unterteilte er das Seelenleben jetzt in die drei psychischen Instanzen

Ich, Es und Über-Ich. Alle drei Instanzen kennen bewusste und unbewusste Anteile. Der neuartigste Teil von *Das Ich und das Es* (1923) war der dritten Instanz, dem Über-Ich gewidmet. Das Über-Ich ist die wachsame, beurteilende, strafende Instanz im Individuum, der Träger sozialer und religiöser Gefühle. Aufbau und Inhalt des Über-Ichs in einem Menschen hängen davon ab, wie der Ödipuskomplex gelöst wurde. Nur wer von seiner Mutter ablässt und den Vater als Autorität akzeptiert, könne als Knabe Teil der Kultur werden. Das Über-Ich sei oftmals grausam gegenüber seinem Wirt. Freud erklärte damit die häufigen Schuldgefühle. Um das Ich aber kreisen jetzt alle seelischen Manifestationen. Das Ich war der Ort der Angst, entweder Angst vor realen Gefahren, Angst vor den rumorenden Trieben im Es oder Angst vor der moralischen Verurteilung durch das Über-Ich.

1926 veröffentlichte Freud *Hemmung, Symptom und Angst*, was von der psychischen Abfolge her eigentlich „Hemmung, Angst, Abwehr und Symptom“ heißen müsste. Das Ich hat Angst und hemmt sich selbst – oder umgekehrt, es wird von irgendetwas gehemmt, bekommt Angst, will diese nicht aktiv überwinden und entwickelt ein Symptom. Ein neuer Terminus wird wichtig: die Abwehr. Verdrängung ist jetzt nur mehr eine der Formen der Abwehr. Angst löst Verdrängung und andere Abwehrmechanismen aus. Das Ich ist die verdrängende Instanz. Vom Ende her betrachtet deuten die verschiedensten Symptome auf Abwehrhaltungen hin, deren gemeinsamer Ursprung die Angstabwehr ist. Die Angst wird gefüttert von den unverschämten Ansprüchen des Es und des Über-Ich. Das Ich hält die Verbindung zur Realität, hält zugleich die Triebe in Schach und versucht, zwischen den Instanzen Es und Über-Ich kompromissbereit zu vermitteln.

Die Neo-Psychoanalyse wird später die Rolle des Ich stärken und damit an der Revision

des Freud'schen Dogmas mitwirken. Den ersten Schritt zur Ich-Psychoanalyse unternahm Anna Freud mit ihrem Buch *Das Ich und die Abwehrmechanismen* (1936), in welchem sie, in unbekümmerter Abwandlung von Vorgaben ihres Vaters, unter praktischen Gesichtspunkten eine Vielfalt von Mechanismen zur Abwehr tabuisierter Es-Ansprüche beschrieb. Einen wichtigen Schritt zur modernen Ich-Psychoanalyse machte Heinz Hartmanns berühmte Monografie von 1939, in welcher er die relative Autonomie des Ich und seine Anpassungsfähigkeit betonte (*Ich-Psychologie und Anpassungsproblem*).

### Widerstand und Übertragung in der Therapie

Es ist nicht möglich, chronologisch fortzufahren, da die Psychoanalyse nicht nur eine Anthropologie, sondern auch eine psychotherapeutische Methode ist. Beides wurde parallel entwickelt. Wir müssen, um auf die psychotherapeutische Seite zu kommen, zurückspringen ins Jahr 1895, als die *Studien zur Hysterie* erschienen. Freud hatte festgestellt, dass die geforderte freie Assoziation, der durch einen Therapeuten beobachtete Monolog des Patienten, sich oftmals verlangsamt oder zum Stillstand kam. Er nannte dieses Phänomen Widerstand. Die Verlangsamung oder das Versiegen der Assoziationen hätte man auf vielerlei Arten erklären können. Die naheliegendste wäre gewesen, eine Ungeübtheit oder Unfähigkeit des Patienten anzunehmen, in seinen inneren Gedankenstrom hineinzukommen. Freud jedoch nahm an, der Widerstand sei einer gegen die Therapie, den Therapeuten und dagegen, Verdrängtes nicht hochkommen zu lassen.

Was ist der Inhalt des Verdrängten? Freud gab einige Hinweise: die Lust am Pinkeln und am Töpfchengehen, bei den Mädchen der Penisneid, beim Jungen die Angst vor dem

Vater (durch dessen Kastrationsdrohung) und den Hass auf ihn, der Verzicht auf den sexuellen Besitz der Mutter (durch die Kastrationsdrohung), die Masturbation, der Ödipuskomplex (also das Bestreben, die Mutter sexuell zu besitzen, und Rivalität und Feindseligkeit gegen den Vater), die erneuten Besitzansprüche an die Mutter in der Pubertät, wobei dann allerdings schon Mächte wie Scham, Ekel und Moral hemmend wirken.

Freud postulierte nun, dass sich das frühkindlich Verdrängte dennoch zeige, nämlich in der „Übertragung“. Freud definierte Übertragung als die Wiederbelebung unbewusster früherer Einstellungen gegenüber wichtigen Personen auf den Therapeuten in der Gegenwart. Der Patient sieht in dem Arzt eine Reinkarnation einer wichtigen Person aus der Kindheit. Er überträgt die damaligen Gefühle gegenüber den Eltern unbewusst auf den Therapeuten. Die Übertragung ist ambivalent, sie umfasst positive, „zärtliche“, wie negative, feindselige Einstellungen gegen den Analytiker. Der Patient unterliegt einem Wiederholungszwang, als ob kein Patient in der Lage wäre, zwischen heute und früher, zwischen Mutter/Vater und dem Therapeuten zu unterscheiden. Ein Beispiel für die Verwechslung des Arztes mit einer früher wichtigen Person des Patienten hatte Freud auch nie geliefert. Es blieb bei einer Hypothese. Doch manchmal kann man diese Art der Übertragung durchaus beobachten.

Erst viel später zog Freud ins Kalkül, dass es auch zu einer Gegenübertragung kommen könne, wenn der Therapeut seinen Patienten idealisiert oder sich gar in ihn verliebt. Das widerspricht der kühlen Haltung, die Freud seinen Analytikerkollegen empfahl. Da auch die Gegenübertragung definitionsgemäß eine Wiederholung frühkindlicher Erfahrungen ist, bemängelten Kritiker, dass offenbar weder Patient noch Therapeut den jeweils anderen wirklich meinen und ihn grundsätzlich verkennen – und das könne augenscheinlich nicht sein. Die therapeutische Situation ist mehr als nur ein Eins-zu-eins-

Abklatsch früherer Erfahrungen. Freud aber meinte genau das.

Der Hauptbestandteil einer Therapie besteht laut Freud vonseiten des Patienten darin, tunlichst eine Übertragungsneurose zu entwickeln (also den Therapeuten mit einer wichtigen früheren Beziehungsperson zu verwechseln), und vonseiten des Therapeuten, diese Neurose unter Rückführung des Patienten zu dessen frühen familiären Erfahrungen zu erkennen, durcharbeiten und zu integrieren. Damit wäre die Übertragungsanalyse ein weiterer wichtiger Zugang zum Unbewussten, würde sie doch direkt zu unbewussten Verdrängungen in den unbewussten Jahren der frühen Kindheit führen, vor allem zum Ödipuskomplex. Sofern keine derartigen sexuellen Wünsche in früher Kindheit und Pubertät gefunden werden können, beweise das nur das große Ausmaß der Verdrängung im Individuum.

## Kulturschriften

Freud behauptete, nichts von Philosophie zu halten, aber er brachte eindeutig philosophische Ideen zum Ausdruck. Er analysierte die romantische Idee vom Unbewussten in positivistischer und rationalistischer Art. Er betrachtete Religion als gefährlich und Metaphysik als überflüssig. Über kurz oder lang werde der Mensch mit Hilfe der stetig fortschreitenden Wissenschaften weitere Rätsel seiner Existenz erkennen können. 1907 verglich er die Zwangssymptomatik von Neurotikern mit religiösen Ritualen und er bezeichnete Religion als eine universelle Zwangsneurose. In *Die Zukunft einer Illusion* von 1927 leitete er die Religion ab aus dem infantilen Wunsch nach einem allmächtigen Vater. Diese Illusion müsse der Mensch aufgeben, um zur freien Anwendung seiner Intelligenz zu kommen. Freud analysierte religiöse Gefühle wie jedes andere neurotische Symptom.

In *Totem und Tabu* (1913) begab sich Freud auf die Suche nach dem Ursprung der

menschlichen Kultur schlechthin. Auch hier ging Freud von einer ausführlichen Rezeption der aktuellen Literatur aus, in diesem Fall der von Ethnologen, die festgestellt hatten, dass bei primitiven Völkern wie bei Neurotikern der gleiche Abscheu vor dem Inzest herrsche, dass das Tabu der Primitiven und die Phobien der Neurotiker den gleichen irrationalen Charakter hätten, und dass bei magischen Prozeduren und in neurotischen Fantasien das gleiche Allmachtsdenken zu finden seien.

Der gemeinsame Kern im Seelenleben der Wilden und der Neurotiker wird demonstriert in der Geschichte von der Ermordung des Urvaters, eine gewagte Erweiterung der Vorstellung vom Ödipuskomplex. Jeder kleine Junge, so Freud, müsse in sich den geheimen Wunsch überwinden, seinen Vater zu töten und seine Mutter sexuell zu besitzen. Wenn das männliche Kind dazu fähig ist, errichte er in sich das Bild seines Vaters, was der Kern seines Über-Ichs werden wird. Wenn es die Probe nicht besteht, müsse es neurotisch werden. Der Kampf mit dem allmächtigen Vater finde sich in der Vorgeschichte der Menschheit ebenso wie in jeder individuellen (männlichen) Entwicklung. Freud hatte erhebliche Mühe, eine ähnliche Theorie für die weibliche Entwicklung aufzustellen.

Die Tötung des Urvaters geht so: Vor langer Zeit lebten die Menschen in Horden unter der tyrannischen Herrschaft eines grausamen alten Vaters, der alle Weibchen für sich behielt und seine heranwachsenden Söhne unterdrückte. Schließlich töteten die Söhne den Vater und fraßen ihn auf, womit sie ihren Hass befriedigten; dies war der Beginn des Totemismus. Sie transformierten den Urvater in ein Totemtier, verehrten es als Ahne und aßen es feierlich auf. Sie wagten aber nicht, sich seine Frauen zu nehmen (warum eigentlich nicht?), sondern suchten sich außerhalb welche. Dies war, so Freud, der Ursprung der ersten beiden Gebote der Menschheit: des Vatermordverbots (bzw.

des Gebots, die Eltern zu ehren) und des Inzestverbots. Beides war der Ursprung menschlicher Kultur, Moral und Religion.

Die Geschichte, die Freud erzählte, ist unermesslich reich an sowohl historischen als auch aktuellen Anspielungen. Noch zu Freuds Zeiten regierte in einem Nachbarland Österreichs ein Sultan, der über Leben und Tod seiner Untertanen gebot, sich Hunderte von Frauen in einem von Eunuchen bewachten Harem hielt und von Zeit zu Zeit größere Bevölkerungsgruppen abschlachten ließ. 1908 schlossen sich die „Jungtürken“ zusammen und stürzten den Sultan. Andere Autoren spekulierten ebenfalls über die Entstehungsgeschichte der Menschheit und den Ursprung der Gesellschaft und kamen zu ähnlichen oder gänzlich anderen Schlussfolgerungen. 1920 unterzog der amerikanische Ethnologe Alfred L. Kroeber diese Schrift einer vernichtenden Kritik. Seitdem gilt dieses Buch als ethnologisch widerlegt und unhaltbar, und sein Verriss lebt in Variationen bis heute fort.

Mehr soziologischer Art ist das Buch *Massenpsychologie und Ich-Analyse* (1921), eine Antwort auf das Geheimnis der Macht der Führer. Die Libido binde den Einzelnen an den Führer und veranlasse ihn, seine Individualität aufzugeben. Vor allem die Kirche und die Armee, wo die Bindung des Einzelnen an den Führer ein Band der Liebe sei, seien Massenphänomene von Dauer. Die Einzelnen identifizieren sich mit dem Führer und werden durch ihre gemeinsame Identifikation zusammengehalten, verstärkt durch die Illusion, dass auch der Führer sie liebe. Massenorganisationen wie Kirche und Armee würden ferner die Aggressionstriebkanalisieren oder deckeln. Der Ursprung des sozialen Gefühls beruht also auf der Kanalisierung eigentlich feindseliger Gefühle in eine positiv betonte Bindung an eine starke Macht. *Massenpsychologie und Ich-Analyse* wurde durch den Zusammenbruch der Habsburger Mo-



narchie Ende 1918 und durch die Not und Panik, die daraus folgten, inspiriert.

Das Phänomen der Masse war zu dieser Zeit Gegenstand von Studien mehrerer europäischer Autoren. Diskutiert wurde die Nachahmung des Vaters durch den Sohn, das Prestige des Vaters, dessen Wirkung mit der Hypnose verglichen wurde, die durch Liebe und Hass geeinten Massen und die Rolle des Unbewussten in der Massenpsychologie. Diese Strömungen wurden 1895 von Gustave LeBon in seiner *Psychologie der Massen* übernommen und popularisiert. In einer Masse verliere jeder Mensch seine Individualität und werde Teil einer Massenseele, die intellektuell minderwertig und böse sei. LeBon schrieb: „Der einzelne ist nicht mehr er selbst, er ist ein Automat geworden, dessen Betrieb sein Wille nicht mehr in der Gewalt hat.“ Sein Buch wurde Ausgangspunkt für Freuds eigene Überlegungen. Mit dem Phänomen der Identifizierung (bis hin zu Verliebtheit und Hypnotisiertheit) bearbeitete Freud einen wichtigen sozialen Aspekt, neurotisierte ihn allerdings auch gleich wieder (Massen infantilisieren), und zugleich auch wieder nicht, denn die positive Identifikation mit einer Massenorganisation dränge Neurosen zurück. Die Identifikation sei sozial, die Neurose asozial.

Der vermeintlich unaufhebbare Gegensatz von individueller Triebbefriedigung und der Notwendigkeit einer friedlichen Zivilisation ist das Hauptthema von *Das Unbehagen in der Kultur* (1930). Je fortgeschrittener Kultur und Zivilisation, desto größer der Zwang zum Triebverzicht. Freud fragte sich, ob nicht die Forderung nach kultiviertem Triebverzicht den Einzelnen überfordere und so eine Kultur-Neurose schüfe. Für die Umwandlung von Trieb in Kultur (Sublimierung) hatte er auch ein Beispiel parat. Die (männlichen) Urmenschen hätten jedes Feuer ausgepinckelt. Der erste Mensch, der auf diesen erotischen Trieb verzichtete, konnte das Feuer praktisch nutzbar machen. Die großen kulturellen Eroberungen wären also der Lohn für

einen Triebverzicht. Die Frau wurde zur Hüterin des Herdes ernannt, weil sie anatomisch unfähig sei, das Feuer wie ein Mann zu löschen. Auch habe die Frau die Kleidung erfunden, um das beschämende Fehlen ihres Penis zu verbergen. Mit dem Verknoten ihrer Schamhaare fing das Flechten an. Freud entwickelte auch eine Kunsttheorie; Kunst sei in der Lage, das Lustprinzip und das Realitätsprinzip zu versöhnen. Die Kunst und der Künstler versöhnen sich selbst und den Betrachter mit der Realität durch die Lust an der Kunst.

### Eine Kindheitserinnerung des Leonardo Da Vinci

*Eine Kindheitserinnerung des Leonardo Da Vinci* (1910) ist ein klassisches Beispiel für eine Pathographie, das ist die Erklärung von Kunstwerken aus der Psyche und der Pathologie des Künstlers. Freud stellte zwei Behauptungen auf: Leonardo leide an einer verdrängten Homosexualität und er sei als Künstler gehemmt. Dazu verfolgte Freud einige Besonderheiten und Absonderlichkeiten des Renaissance-Künstlers zurück in dessen infantile Sexualität. Als uneheliches Kind verbrachte er die ersten drei oder vier Jahre bei seiner verlassenen Mutter, bis sein Vater, der inzwischen geheiratet hatte, ihn adoptierte. Die Mutter habe ihrem kleinen Kind ihre Libido überreich zugewendet und in ihm eine inzestuöse Bindung hervorgerufen, in der Freud die Wurzeln seiner späteren Homosexualität sah. Leonardo Da Vinci hatte eine Erinnerung aus seiner frühen Kindheit berichtet, die Freud zum Beweis heranzieht. Als er, Leonardo, als Säugling in der Wiege lag, kam ein Vogel zu ihm geflogen, öffnete ihm den Mund und steckte seinen Schwanz hinein. Diese Fantasie, so Freud, könnte die Bedeutung einer passiven Variante sexueller Perversion haben oder eine Erinnerung an das Saugen an der Mutterbrust sein. In dem von Freud benutzten deutschen Text war *nibbio* als „Geier“ übersetzt worden, und Freud bemerkte dazu, im alten Ägypten sei

der Geier die Hieroglyphe für „Mutter“ gewesen. Die geierköpfige Göttin *Mut* (was an das deutsche Wort Mutter erinnere) sei androgyn gewesen und habe Brüste und einen erigierten Penis besessen, weiterhin sei im Mittelalter die ganze Art der Geier als weiblich angesehen worden. Leonardos kindliche Sexualneugier sei aufgrund dieser Episode ungewöhnlich angeregt und zur Grundlage seiner späteren und unersättlichen Wissbegier geworden. Seine unbedingte Fixierung an das Bild seiner Mutter lässt sich nach Freud an seinen Kunstwerken ablesen. Freud nahm an, der Vorfall mit dem Geier sei eine symbolische Erinnerung an die leidenschaftlichen Küsse, die Leonardo von seiner Mutter bekam.

Zentral für Freuds Ausführungen ist die These von der intensiven sexuellen Beziehung von Leonardos Mutter zu ihrem Kind. Leonardo habe aber feststellen müssen, dass seine Mutter keinen Penis besitzt, aus Enttäuschung wurde er homosexuell, was er aber nicht auslebte. Die Zärtlichkeit der Mutter wurde sein Verhängnis. Freud glaubte ferner, das Lächeln der Mona Lisa bilde das rätselhafte Lächeln von Leonardos Mutter ab. Anliegen Freuds war es, die Hemmung des Künstlers Leonardo mit seiner Sexualhemmung zu erklären. Aber war der denn gehemmt?

Der Essay über Leonardo Da Vinci rief widersprechende Meinungen hervor. Gelobt wurde die literarische Schönheit (Hans Eissler) dieser Studie, die von ihrer Art her viele Nachahmer fand. Im Großen und Ganzen überwog aber die Kritik, die auf die grundsätzliche Schwäche der psychoanalytischen historischen Vorgehensweise hinwies. Die Entwicklung des gesamten Lebens und Werkes von Leonardo Da Vinci aus einer einzigen Kindheitserinnerung heraus erschien zu gewagt. Die Sicht Freuds auf Leonardo sei ahistorisch und berücksichtige wichtige Facetten dieses Wissenschaftler- und Künstlerlebens nicht. Leonardos Homosexualität ist

historisch nicht belegt, es gibt keinerlei Hinweise darauf. Freud behauptete, auch dessen Homosexualität sei gehemmt gewesen, wie es überhaupt Leonardo vollkommen an Aktivität gemangelt habe. Angesichts der ungeheuren Schaffensfülle Leonardos auf enorm vielen künstlerischen und wissenschaftlichen Gebieten erscheint Freuds Urteil reichlich abwegig. Freud kritisierte vor allem, dass sich Leonardo der Kunst abgewandt und der Wissenschaft zugewandt habe, was ja auch der These von der Hemmung widerspricht. Leonardo verfolgte seine künstlerischen Ambitionen bis zuletzt. Man könnte mit Freud monieren, dass er ein langsamer Maler war, aber tatsächlich war Leonardo eher Perfektionist. Die These von der künstlerischen Hemmung Leonardos lässt sich nicht belegen. Eher schon könnte Leonardo als Beispiel für Freuds allgemeine These von der Möglichkeit der Triebverdrängung durch Sublimierung herangezogen werden. Leonardo hatte kaum oder keine Frauenbekanntschaften, was vermutlich mit seiner tiefen Religiosität zusammen hing.

Freud modifizierte in späteren Auflagen einige Aussagen. Statt von vollständiger sprach er nun von einer gewissen Inaktivität, die er zudem nicht psychoanalytisch begründete, sondern mit der Vertreibung eines wichtigen Gönners aus Mailand. Aber auch das stimmt nicht; die Vertreibung seines Gönners Lodovico Sforza bedeutete keine Schaffenshemmung für Leonardo. Auch das zentrale Argument Freuds, Leonardos Begegnung mit dem „Geier“, war ein möglicherweise gewolltes Versehen: *Nibbio* bedeutet Milan, nicht Geier. Das ist aber nicht wirklich entscheidend, eher kommt es darauf an, dass der Schwanz des Vogels einen Penis darstellt und der Vogel einen homosexuellen Akt vollzieht. Der Penis verschmilzt bei Freud mit der Mutterbrust, und der Säugling Leonardo erfährt eine persönliche Begegnung mit der archaischen androgynen Figur der ägyptischen Göttin *Mut*.

Die historische Forschung, die offenbar schon zu Freuds Zeiten zur Verfügung stand, erzählt eine andere Geschichte. Leonardos Mutter heiratete schon bald einen anderen Mann, es wurde eine Tochter geboren und sein leiblicher Vater nahm ihn schon mit etwa drei Jahren zu sich auf. Das Lächeln der Mona Lisa ist bis zum Überdruß interpretiert worden. Wenigen fiel auf, dass auch andere Figuren Leonardos das holde Lächeln zeigen, unter anderem Anna Selbdritt, Bacchus und der Heilige Johannes der Täufer.

Freuds Studie wurde bewundert wegen seines schönen Stils und dem Zauber der Poesie, den er aufleben ließ. Aber überwiegend bemängelt wurde seine wenig überzeugende Argumentation. Was hatte Freud bewogen, eine so wenig schlüssige Pathographie Leonardos zu schreiben? Möglicherweise wollte er damit den Anspruch der Psychoanalyse, eine allgemeine Theorie des Menschen zu sein, untermauern. Die Studie ist zudem erkennbar der Versuch, aus einer einzigen frühkindlichen Begebenheit ein ganzes Menschen- und Künstlerleben abzuleiten. Die Psychoanalyse erweist sich einmal mehr als strikt deterministisch und kausalistisch. In Briefen aus Carl Gustav Jung geht hervor, dass sich Freud stark mit Leonardo identifizierte, möglicherweise wegen des Themas der Sublimierung. Und er hatte eine sehr innige Beziehung zu seiner Mutter, während sein Vater im Hintergrund blieb. Zu diesem Zweck bog er sich die Biografie Leonardos grotesk zurecht, was schon wieder faszinierend ist. Doch letztlich überwiegen beim Leser Ärger und Abwehr.

Als eine zweite Pathographie könnte eine Studie Freuds über den ehemaligen sächsischen Senatspräsidenten Daniel Paul Schreber bezeichnet werden. Der hochbegabte Mann verbrachte wegen einer schweren Geisteskrankheit zehn Jahre in Irrenanstalten. Nach seiner Entlassung veröffentlichte er 1903 eine umfassende Darstellung seines Wahnsystems. Freud griff aus diesem Wahnkosmos zwei Elemente heraus, die er

als fundamental ansah: Erstens behauptete Schreber, er werde vom Mann zum Weib verwandelt, zweitens beklagte er sich, er sei vonseiten einer seiner Ärzte homosexuellen Attacken ausgesetzt gewesen. Es ist fast schon schmerzhaft mit ansehen zu müssen, dass Freud wieder nur eine einzige Ursache für den Wahn erkennen kann, Schrebels verdrängte Homosexualität. Die Verdrängung der Homosexualität lasse eine Vielfalt von Wahnideen entstehen nach dem Muster: „Ich liebe ihn ja nicht – ich hasse ihn ja – weil er mich verfolgt“. Freuds Theorie vom homosexuellen Ursprung der Paranoia wurde von einigen Psychiatern übernommen, während andere sie nur eingeschränkt gelten ließen. Selbst wenn eine verdrängte Homosexualität bewiesen werden könnte, erkläre dies nicht die Ursache der Erkrankung. Auch in weiteren Studien verfolgte Freud monomanisch die sexuelle Ätiologie der Paranoia und der Schizophrenie, beispielsweise in *Dostojewski und die Vätertötung* 1928.

### **Der Mann Moses und die monotheistische Religion**

*Der Mann Moses und die monotheistische Religion* erschien 1935/1938 in der Zeitschrift *Imago* in Fortsetzungen. Das Werk ist weder eine Pathographie noch ein Roman, am ehesten eine historische Spekulation. Freud beginnt mit der Behauptung, Moses sei kein Hebräer, sondern ein Ägypter von hohem Rang gewesen. Als es Streit gab in Ägypten zwischen den Monotheisten und den Polytheisten nahm Moses die Seite des Monotheismus ein. Er wurde von den Ägyptern verstoßen und erkor sich die Hebräer zu seinem Volk. Mithilfe der Leviten schwor er die Hebräer auf den Monotheismus ein, führte sie aus Ägypten hinaus auf die Halbinsel Sinai, wo sie sich mit einem kleinen lokalen Stamm vereinten, der den Vulkan-Gott Jahwe verehrte. In einem Religionskrieg wurde Moses getötet. Das schlechte Gewissen mündete lange Zeit später in eine Moses-Verehrung, und der Wunsch nach seiner

Rückkehr führte zum Glauben an die Wiederkehr des Messias. Die Geschichte von Jesus Christus sei eine Wiederholung der Geschichte von Moses. Es geht um Vatermord, Verdrängung, Schuldgefühle, Erbsünde, Reue, die ethischen Forderungen des göttlichen Gesetzes und die Entstehung des Antisemitismus als Aufbegehren gegen die Triebverzicht verlangende monotheistische Religion. Das Christentum sei nur eine dünne Tünche über einem barbarischen Polytheismus.

Das Werk verwirrte viele Schüler Freuds und rief in jüdischen Kreisen empörte Proteste hervor. Religionsgeschichtler wiesen auf die Irrtümer und Unmöglichkeiten hin, die das Werk enthielt. Wieder bediente sich Freud vieler Autoren, die gleiche oder ähnliche Thesen vor ihm formuliert hatten, und wieder brachte er das Material in eine ihm eigentümliche Form. Das Werk lässt Raum für Spekulationen über Freuds Motive. Wollte er den Antisemitismus erklären, wollte er sich mit Moses als Führer des Volkes identifizieren, sah er sich als Propheten im Kampf um die Reinheit der Lehre?

Wenige Jahre zuvor legte Freud auf Einladung Albert Einsteins seine Ansicht über Krieg und Frieden dar. Größtes Hindernis für eine friedliche Gesellschaftsordnung sei die Existenz der aggressiven und destruktiven Triebe im Menschen. Diese Triebe stünden der Libido gegenüber, die man trainieren könne, um den zerstörerischen Trieben in gewissem Umfang entgegenzuwirken. Freud drückte die Hoffnung aus, es möge gelingen, eine zentrale Organisation zur Sicherung des Friedens aufzubauen. Eine andere Möglichkeit wäre die Bildung einer überlegenen Schicht von unabhängigen Intellektuellen, die fähig wären, die Massen auf den Weg der Vernunft zu führen. Freud ist skeptisch, ob Eros den Sieg über Thanatos davontragen wird.

Der kurze Briefwechsel zwischen Einstein und Freud wurde 1933 unter dem Titel *Warum Krieg?* veröffentlicht. Freud war nicht unbedingt ein Pazifist, obwohl er nach anfänglicher Begeisterung für die Kriegsmacht Österreich rasch erkannte, wie schnell die dünne Tünche der Zivilisation einem barbarischen Gemetzel weicht. Er war zutiefst skeptisch bezüglich der Friedfertigkeit des Menschen und hielt menschliche Aggression für ein unausrottbares Übel. Freuds Fatalismus ist vielfältig kritisiert worden.

### Kritische Würdigung

Ohne Zweifel gehört Freuds Lebenswerk zu den größten wissenschaftlichen Leistungen des 19. und 20. Jahrhunderts. In seiner Wirkung kann er verglichen werden mit Albert Einstein, Kopernikus und Charles Darwin. Die Psychoanalyse hat alle Vorstellungen vom Menschen tiefgreifend beeinflusst und im Denken der Gegenwart tiefe Spuren hinterlassen. Bis in das Alltagsleben hinein zeigen sich Auswirkungen der geistigen Revolution, die mit dem Namen Sigmund Freud verknüpft ist. Freud hatte sehr viel Zeitgeist aufgenommen, er war äußerst belesen, bewundernswert arbeitsfähig, zutiefst ernsthaft und auf vielen wissenschaftlichen Feldern zuhause. Zugleich verdichtete er das reichhaltige verarbeitete Material und drückte ihm seinen ganz eigenen Stempel auf. Zu den Quellen Freuds gehören seine unmittelbaren Lehrmeister, die dynamische Psychiatrie, die griechischen Tragödiendichter, Shakespeare, Goethe und Schiller, einige Philosophen wie Lichtenberg, Schopenhauer und Nietzsche, die Philosophen und Psychologen des Unbewussten, seine Patienten, seine Mitstreiter Stekel, Adler, Ferenczi, Abraham, Rank und Jung. Eine objektive Beurteilung des Einflusses, den Freud ausgeübt hat, ist außerordentlich schwierig. Die noch junge Geschichte der Psychoanalyse ist stark von Legenden entstellt, und noch sind nicht alle Fakten ans Licht gekommen, unter

anderem weil große Teile seines Briefwechsels argwöhnisch unter Verschluss gehalten werden.

Divergenzen werden deutlich, wenn man versucht abzuschätzen, ob sein Einfluss heilsam war oder nicht. Auf der einen Seite stehen jene, die Freud zu den Befreiern des menschlichen Geistes zählen. Auf der anderen Seite stehen jene, die behaupten, die Wirkung der Psychoanalyse sei katastrophal gewesen. Die Wahrheit liegt vermutlich wieder einmal dazwischen. Zu den Legenden um Freud gehört die vom einsamen Helden, der gegen ein Heer von Feinden kämpft, am Ende aber triumphiert. Diese Legende hatte Freud hingebungsvoll gepflegt, unter anderem in dem einzigen Tondokument, das von ihm existiert (bei Youtube). Es sollte bedacht werden, dass die Psychoanalyse selbst von Anfang an mit anderen, vorher schon bestehenden Strömungen verbunden war und ihnen eine weitere Nuance hinzufügte, also nichts vollständig Neues hervorbrachte. Es gab erhebliche Bemühungen um 1900, die Psychiatrie zu psychologisieren, zugleich beschäftigte man sich intensiv mit der Psychopathologie des Sexuellen. Freuds Sexualmystik war nur eine von vielen Neuheiten auf diesem Gebiet.

Die heutige Psychoanalyse und das, was von ihr im allgemeinen Publikum angekommen ist, ist weitgehend befreit von der monomaniischen Beschäftigung mit der frühkindlichen Sexualität. Das kann auch nicht anders sein, denn die Gesellschaft jener Staaten, in denen die Psychoanalyse entwickelt wurde, hat sich stark verändert. Freud hatte eine Kulturrevolution in Gang gesetzt, zugleich beförderten sozioökonomische Veränderungen und Revolutionen die Psychoanalyse. Wir leben in einer Überflusgesellschaft, die auf Massenkonsum beruht. Dieser Hedonismus verträgt sich gut mit der Selbstbeschäftigung in der Psychoanalyse.

Im Übrigen gibt es keinen einzigen Bestandteil der klassischen Psychoanalyse, der nicht grundsätzlich kritisiert und verworfen wor-

den wäre. Die meisten Behauptungen Freuds sind problematisch oder falsch, aber was ist dann die Wahrheit? Die Antwort auf diese Frage beschäftigt immer noch Scharen von Autoren, die jährlich rund 200 Bücher über Freud herausgeben, viele apologetisch, einige kritisch. Herbert Selgs Buch *Sigmund Freud - Genie oder Scharlatan?* ist kritisch, trotz des offenen Titels. Die Psychoanalyse ist für den emeritierten Bamberger Psychologieprofessor Selg ein Märchen aus den Anfängen der Psychologie. So wie die Astrologie und die Alchemie die moderne Astronomie und Chemie einerseits kräftig behinderten, andererseits mit vorbereiteten, so ist die Psychoanalyse notwendiges Durchgangsstadium der Psychologie gewesen.

Selg, der hier stellvertretend für die vielen kritischen Stimmen zu Freud herangezogen werden soll, listet auf: Freuds berühmter Fall „Anna O.“ wurde nie geheilt. Es sei wahrhaft paradox, dass die nicht erfolgreiche Behandlung der Anna O. für die Nachwelt zum Prototypen einer kathartischen Heilung geworden ist. Eine Befreiung von den Symptomen habe sich auch in den wenigen anderen von Freud beschriebenen Fällen (er veröffentlichte insgesamt nur neun umfangreiche Fallgeschichten) kaum ergeben. Das Konzept vom absolut Unbewussten (eines sexuellen Missbrauchs), das durch Psychoanalyse ans Tageslicht kommen soll, konnte nie bestätigt werden. Die sogenannten Deckerinnerungen seien freie Fantasieprodukte des Autors Freud. Freuds zentrale Hypothese, jede Hysterie sei im Kern eine Sexualstörung, stehe quer zu allem, was Wissenschaft und der gesunde Menschenverstand über die Psyche zu sagen haben. Wollten die therapierten Frauen das nicht bestätigen, suggerierte er ihnen genau das. Die Stufenabfolge der kindlichen Sexualität – oral, anal, ödipal, genital – sei ein reines Hirnprodukt. Es gebe keine Latenzphase, in welcher die frühkindliche Sexualität (wie Freud sie verstand) schlummert, es passiert sehr viel an Entwicklung in den Kinder- und Jugendjahren. Die Psychoanalyse behauptet, die kindlichen Beziehun-

gen der ersten Jahre, die prägenden, familiären Bindungen und ödipale Konstellation wiederholen sich in den späteren Beziehungen und damit lebenslang. Diese Determination gibt es so nicht. Die Säuglingsforschung und die Entwicklungspsychologie haben auch noch einige andere grundlegende Annahmen Freuds und der Psychoanalyse widerlegt.

Ferner, das „Warenzeichen“ der Psychoanalyse, der Ödipuskomplex (der Wunsch aller kleinen Kinder nach Inzest und Mord), beruht auf einer krassen Fehlinterpretation der antiken Sage. Empirische Belege blieben aus; Inzest ist in allen Kulturen eine äußerst seltene Abirrung. Ein anderer Grundstein der Psychoanalyse, die Traumdeutung, ist kaum mehr als eine unstatthafte Generalisierung der Inhalte eines einzigen Traumes Freuds. Die Unterscheidung eines latenten von einem manifesten Trauminhalt setzte sich nie durch. Die Ergebnisse der Traumanalyse sind ein Zufallsprodukt; es gibt keine zwei Analytiker, die einen Traum übereinstimmend interpretieren würden. Auch ist der Traum nicht der einzige Weg zum Unbewussten; Hypnose, Assoziationen, selbstgemalte Bilder, Tagebücher oder Musik eröffnen ebenso Zugänge. Die freie Assoziation, die Wiedergabe des inneren Gedankenstromes, gelingt jedoch nur wenigen Menschen. Die meisten müssen anders therapiert werden. Das Buch über Leonardo da Vinci beruht auf einer Fehlinterpretation eines einzigen Wortes „Geier“. Freud selbst bekannte ausdrücklich, dass die Psychoanalyse nichts zum Verständnis künstlerischer Kreativität beitragen könne. Die Fernanalyse des „kleinen Hans“ blieb seine einzige Kinderanalyse, die zudem eher ein Verhaltenstraining des Vaters war, der seinem kleinen Sohn die Angst vor Pferden nahm. Freuds berühmter Fall, der „Wolfsmann“, sollte beweisen, dass jede Erwachsenenneurose auf einem sexuellen Schock in der frühen Kindheit beruht. Jahre später sagte der Wolfsmann, dessen Identität bekannt wurde, Freuds Deutungen seien seines

Erachtens an den Haaren herbeigezogen. Die Todestriebhypothese (jeder will in den leblosen Zustand vor seiner Zeugung zurück) wie die gesamte Trieblehre blieb – wie Freud selbst schrieb – eine Mythologie. Daneben gibt es Versatzstücke, die bis in die Gegenwart wirken, wie beispielsweise seine fulminante Religionskritik.

Auf der anderen Seite waren und sind Schüler und Gefolgsleute Freuds wirksam, die das Lebenswerk des Meisters tradieren, wie beispielsweise Ernest Jones in seiner dreibändigen Freud-Biografie von 1962. Welche Biografie man auch zur Hand nimmt, jede vermittelt ein anderes Bild, je nach Standort des Betrachters.

Die Psychoanalyse bleibt somit so unsterblich wie andere Märchen auch, die immer und immer wieder erzählt werden. Freud glaubte wirklich an das, was er schrieb, aber er wusste nicht, wo seine Grenzen liegen. Die Psychoanalyse wurde faktisch zu einer neuen Weltanschauung, zu einer Ersatzreligion, zu einem von ihm geschaffenen Dogma. Abweichende Auffassungen wurden mit Exkommunikation geahndet. So trägt die anschwelende Kritik an Freud dazu bei, dass Freud lebendig bleibt.

Ein weit verbreitetes Entlastungsargument der Freud-Apologeten lautet, die Psychoanalyse habe sich weiterentwickelt. Angenommen, dies stimmt, so spricht das eher gegen als für Freud. Das Argument impliziert, dass Freud wirklich historisch geworden ist, dass die Zeit über ihn hinweg ging, und dass man ihn allenfalls als ein mit unsäglich vielen gedanklichen Fehlern behafteten Gründervater nachsichtig verehren darf. Psychologiestudenten werden nicht umhin kommen, sich mit Freud auseinander zu setzen, immerhin ist er der bekannteste Psychologe der Welt. Aber es gilt, mit Max Horkheimer gefordert, den hypnotischen Zauber der Psychoanalyse zu brechen.

## 8. Alfred Adler

---

Alfred Adler ist neben S. Freud und C. G. Jung einer der drei Begründer der Tiefenpsychologie. Er war der erste Dissident der Freud'schen Psychoanalyse. In seinen Schriften legte er den Grundstein für eine eigenständige, humanistisch und sozialpsychologisch orientierte Psychologie und Therapieform, die Individualpsychologie.

Während eine Schwierigkeit mit Freud als Mensch darin besteht, dass Material in Überfülle vorhanden ist, gilt für Alfred Adler das Gegenteil. Außer einigen Anekdoten und Hörensagen, die Adlers erste Biographin Phyllis Bottome kurz nach Adlers Tod 1937 aufschrieb, gibt es nur wenige kurze autobiographische Notizen. Adlers Korrespondenz soll reichhaltig gewesen sein, aber es sind kaum mehr als zwei Dutzend Briefe von ihm bekannt, die inhaltlich belanglos sind. Es gibt kein Adler-Archiv und nur eine einzige Filmaufnahme von kaum drei Minuten Länge (bei YouTube).

Adler war (wie Carl Gustav Jung) nicht wirklich ein Schüler Freuds. Er hatte, noch bevor er zu Freuds Mittwochsgesellschaft stieß, eigene sozialpsychologische Ideen, die er an Freuds Psychoanalyse schulte und schliff, um sie ab 1911 selbstständig zu einer eigenen Schulenrichtung auszubauen. Mit das Bemerkenswerteste an Freud ist die Tatsache, dass er eine Schule bzw. Akademie gründete, die in der Moderne keine Parallele hatte, sondern (wie Ellenberger schreibt) als eine Neuauflage alter antiker Philosophieschulen angesehen werden kann. Adler tat es ihm gleich, mit einer eigenen Organisation, eigenen Veröffentlichungsorganen, einer internationalen Ausweitung, mit Vorschriften für die Mitgliedschaft, einer offiziellen Lehre und einem manchmal rigiden Korpsgeist. Adler war von seinem Naturell her aber weniger durchgreifend, er verzichtete beispielsweise

auf die psychoanalytische Initiation in Form der Lehranalyse, die in der Psychoanalyse nicht nur ein schweres finanzielles Opfer, sondern auch eine Preisgabe der Intimsphäre und des ganzen Selbst erforderte.

So weit wollte Adler nie gehen, der Wert auf die Feststellung legte, er habe nie eine Lehranalyse gemacht, weder bei Freud noch bei sonst wem. Da Freud und die Psychoanalyse den Maßstab für alle folgenden Entwicklungen abgeben, liegt es nahe, Psychoanalyse und Individualpsychologie miteinander zu vergleichen. Der fundamentale Unterschied ist folgender: Es war Freuds Ziel, die verborgenen Bereiche der Psyche in die wissenschaftliche Psychologie und Psychiatrie einzugliedern. Er und seine Mitstreiter konzentrierten sich dabei hauptsächlich auf die innerpsychischen Vorgänge und erreichten darin eine bis dahin noch nie erreichte Tiefe und Differenziertheit. Adler ging es von Anfang an um einen sozialpsychologischen Zugang zum Menschen. Die Person ist in erster Linie Gemeinschaftswesen, die ihn formenden Kräfte sind soziale Kräfte. Die Individualpsychologie ist ein System der Menschenkenntnis, weniger eine wissenschaftliche Forschungsrichtung. Auch bei Adler stellt sich die Frage, ob seine Methode überhaupt als wissenschaftlich zu qualifizieren ist. Sein System geht nicht so sehr in die Tiefe, ist dafür weiter gefasst und schließt soziales Zusammenleben, Erklärungen für neurotisches und kriminelles Verhalten und Pädagogik mit ein. Wer Adler studiert, sollte vorübergehend alles beiseitelegen, was er über Psychoanalyse gelernt hat, und sich umstellen auf eine ganz andere Denkweise.

### Adlers Leben

Freud war ein Wiener Großbürger, Adler ein Wiener Kleinbürger. Adler war 14 Jahre jün-

ger als Freud. Seine Lehre kann vor dem Hintergrund seiner Biografie gelesen werden. Im 15. Wiener Gemeindebezirk kam Alfred Adler am 7. Februar 1870 auf die Welt. Sein Vater war ein Getreidehändler und Alfred wuchs, anders als für „bessere“ Kinder damals üblich, ohne Gouvernante auf. Wenn Alfred weinte, stellte sich ein Stimmritzenkrampf ein und er fürchtete zu ersticken. Als er knapp vier Jahre alt war, starb sein kleiner Bruder neben ihm im Bett. Mit vier litt er an Rachitis, überlebte nur knapp eine Lungenentzündung und, als typischer „Gassenbub“, zwei Unfälle mit Pferdefuhrwerken. Sein Leben lang wird er sich erinnern können, wie der behandelnde Arzt damals vor ihm zu seinem Vater sagte: „Der Bub ist verloren!“ Diese Erlebnisse prägten ihn nach eigenen Angaben so stark, dass er beschloss, Medizin zu studieren. Die Rachitis repräsentiert das Erlebnis der Organminderwertigkeit, das Adler später eine Zeit lang in den Mittelpunkt stellte.

Die Familie zog ein paar Mal innerhalb Wiens um. Der kleine Alfred ging auf das Sperl-Gymnasium, die gleiche Schule, die 14 Jahre zuvor Sigmund Freud besuchte. Das erste Gymnasialjahr musste Alfred wiederholen. In der Schule war Adler nicht herausragend. Aber er erzählte bei Gelegenheit einen Vorfall aus der Schulzeit, der offenbar prägend auf ihn gewirkt hat. Er galt zunächst als schlechter Mathematiker, der kaum den Klassendurchschnitt erreichte. Eines Tages nun stellte der Lehrer eine Aufgabe, die niemand in der Klasse lösen konnte, der Lehrer selbst hatte Mühe damit. Zufällig sah Adler die Lösung, ging an die Tafel und demonstrierte sie. Von da an war er in Geometrie und Rechnen an der Spitze. Später im Leben bekämpfte er den sogenannten Begabungswahn, die These, dass die meisten Fähigkeiten des Menschen angeboren und vererbt sind. Adler war davon überzeugt, dass Begabung hauptsächlich Mut und Training ist. In seiner späteren pädagogischen

Praxis legte Adler einen starken Optimismus an den Tag: „Jeder Mensch kann (prinzipiell) alles!“ (Es gibt einige Sätze Adlers, die zu ihm passen, aber nie belegt werden konnten. Dieser gehört dazu.)

Er selbst sah sich als Kind des Volkes, das unter Arbeiterkindern groß wurde, einige schwere Krankheiten überwand und sich „auf der Straße“ in Auseinandersetzung mit den Nachbarskindern bewährte und dort Solidarität und Gemeinschaftsgefühl erfuhr. Die sozialistische Orientierung Adlers spielte für seinen Lebensweg eine wichtige Rolle, er blieb aber jeder Partei fern. Dieser politische Einfluss war viel stärker als der religiöse. Adlers Eltern waren Juden aus dem Burgenland und sie hielten die jüdischen Gebote ein. Adler selbst war eher areligiös oder atheistisch, er konvertierte 1904 zum Protestantismus. Erst 1910 wurde er, der formell die ungarische Staatsbürgerschaft hatte, ein Bürger Österreichs. Alfred Adlers Leben ist besonders stark geprägt von der Beziehung zu seinem Vater und seinem älteren Bruder (der Siegmund hieß), die er beide schätzte und bewunderte, und zu seiner Mutter, von der er sich lange abgelehnt fühlte. Seine Familienkonstellation war also in etwa umgekehrt zu der Freuds, was erklären mag, dass Adler die Idee des Ödipuskomplexes niemals akzeptieren konnte. Als Zweitgeborener versuchte Alfred ständig, es dem wirtschaftlich erfolgreichen Erstgeborenen Siegmund gleich zu tun, was auch gelang. Mit seiner Schwester Hermine veranstaltete Alfred oft Klavierabende, Alfred soll recht musikalisch gewesen sein. Eine weitere Schwester von Alfred, Irma, endete 1941 in einem Vernichtungslager in Polen, und die erste Tochter Alfreds, Valentine, verhungerte zusammen mit ihrem Mann in einem sowjetischen Straflager etwa zur gleichen Zeit.

Adler studierte Medizin, aber nicht Psychiatrie, und er hörte auch nicht die Vorlesungen eines gewissen Sigmund Freud. Man weiß nicht, wann genau Adler seine erste Praxis



als Allgemeinmediziner in einem Arbeiterbezirk eröffnete (irgendwann ab 1896, vielleicht erst 1899). In einigen Zeitschriftenartikeln setzte er sich für mehr gesundheitlichen Schutz der Arbeiter und überhaupt der Bevölkerung ein. Wann Adler begann, als Psychiater zu arbeiten, ist ebenfalls nicht bekannt. 1902 lud ihn Freud zu seiner Mittwochs-Gesprächsrunde ein. Bis 1911 arbeitete er mit Sigmund Freud eng zusammen; einige Jahre war er dessen wichtigster Mitarbeiter. Nach den publizierten Protokollen der Wiener Psychoanalytischen Vereinigung zu urteilen war Adler im erfassten Zeitraum von 1906 bis 1911 fast immer anwesend und beteiligte sich eifrig an den Debatten. Adler hatte schon früher in der Ärztlichen Standeszeitung publiziert, aber unter Freuds Einfluss verstärkte er seine schriftstellerische Tätigkeit. Die wichtigste Publikation dieser Zeit war 1907 die umfangreiche *Studie über Minderwertigkeit von Organen*. Die inhaltlichen Differenzen wurden schon nach wenigen Jahren sichtbar. Bereits 1908 wollte sich Adler von der Mittwochsgesellschaft trennen, aber Freud köderte ihn mit hohen Posten in der Psychoanalytischen Vereinigung, bis die Kluft unüberbrückbar wurde. Im Februar 1911 hielt Adler drei Vorträge, die er später unter dem Titel *Zur Kritik der Freud'schen Sexualtheorie des Seelenlebens* veröffentlichte. Damit leitete er seinen Bruch mit Freud ein; die orthodoxen Freudianer und Freud selbst konnten diese abweichenden Gedankengänge nicht akzeptieren und legten Adler den Austritt aus der Psychoanalytischen Vereinigung nahe. Es scheint, dass er sich erst in der Auseinandersetzung mit der Freud-Gruppe der Originalität seiner eigenen Anschauungen bewusst wurde.

Mit einigen Getreuen gründete er den Verein für Individualpsychologie. In der Zwischenzeit war Adler einigermaßen wohlhabend geworden, und die Familie zog in einen vornehmeren Stadtteil und spezialisierte sich als Nervenarzt.

1912 legte er zur Konsolidierung seiner eigenen Gruppierung sein System schriftlich nieder: *Über den nervösen Charakter*. Charakteristisch für Adler wurde, dass er sich mit seinen Getreuen regelmäßig in Wiener Café-Häusern traf, wo sie bis spät in die Nacht diskutierten, während seine Frau zuhause auf die Kinder aufpasste. Das und die Inhalte seiner Schriften brachten ihm den Ruf der Oberflächlichkeit ein. Zusammen mit Carl Furtmüller gründete er 1914 die Zeitschrift für Individual-Psychologie; der Sammelband *Heilen und Bilden* (herausgegeben zusammen mit Furtmüller) war eine Art Lehrbuch der Individualpsychologie. Der Titel ist bezeichnend: er vereint das psychotherapeutische und das pädagogische Anliegen der Individualpsychologie. Zur maßlosen Enttäuschung Adlers wurde ihm 1915 die Habilitation verweigert. Zur Begründung hieß es, Adler komme aus der Psychoanalyse, habe ihre Lehrsätze überwunden, aber nicht ihre Methode, und diese sei „rein spekulativer Natur“. Adlers System, so hieß es in der Ablehnung der Universität Wien weiter, kreise um die Begriffe Organ und Neurose, aber beide seien zu ungenau und zu weit gefasst. Adler sei geistreich, aber Intuition könne nicht Empirie ersetzen (vgl. dazu das Kapitel „Ist die Tiefenpsychologie eine Wissenschaft?“).

Im Ersten Weltkrieg arbeitete er als Militärpsychiater. Es gibt unterschiedliche Berichte darüber, wie er zu dieser Arbeit stand. Die Aufgabe der Militärpsychiatrie bestand darin, traumatisierte Soldaten mit folterähnlichen Methoden wieder zurück an die Front zu zwingen. Die „Behandlung“ wurde bewusst unerträglich gestaltet, damit die Soldaten den Fronteinsatz als Erleichterung empfanden. Es gibt auch nach dem Krieg keine Äußerung von Adler, in welcher er sich von dieser Rolle der Militärpsychiatrie distanziert hätte, während Freud die Militärpsychiater kritisch als „Maschinengewehre hinter der Front“ bezeichnete, die auf die eigenen Soldaten zielten.

Nach der Revolution von 1918 war Adler für einige Monate Mitglied des Arbeiter- und Soldatenrates seines Wiener Bezirks, aber er zog sich bald zurück und widmete sich dem Aufbau seiner Lehre. Er veröffentlichte daneben drei Aufsätze, in welchen er sich mit dem Krieg und seinen Folgen auseinandersetzte. In der Notiz „Ein Psychiater über die Kriegspsychose“ hieß es, viele hätten die Kriegsbegeisterung mitgetragen, um einem quälenden Gefühl der Hilflosigkeit auszuweichen. In dem Artikel „Bolschewismus und Seelenkunde“ prophezeite er dem Bolschewismus über kurz oder lang den Untergang, weil er Gewalt einsetze, um Macht zu erhalten. Dem setzte Adler seine Idee vom Gemeinschaftsgefühl entgegen, die er mit seiner Vorstellung vom Sozialismus verband. In dem Aufsatz „Die andere Seite“ kam seine Abscheu vor Krieg und verantwortungsloser Obrigkeit in aller Deutlichkeit zum Ausdruck. Das verführte Volk sprach er von einer Kriegsschuld frei. Adler war zu der Zeit offenbar guter Hoffnung, ein freiheitlicher Sozialismus werde sich gegen den Kapitalismus durchsetzen.

Das stark geschrumpfte Österreich litt unter Hunger und Kriminalität und versuchte, nach der Niederlage wieder auf die Beine zu kommen. Die Sozialdemokraten kamen an die Macht und entfalteten noch nie dagewesene soziale Reformen im Wohnungsbau, Gesundheitswesen und Schulwesen. Der neue Erziehungsminister Otto Glöckel setzte ein neues Schulsystem durch, das – statt auf Drill und Unterordnung – auf Kooperation, Entfaltung und Förderung der Schüler wert legte. Die sozialdemokratisch regierte Stadt Wien bot den vielen individualpsychologischen Lehrern die Chance, ihre Vorstellungen über Kindererziehung und Kindertherapie in die Praxis umzusetzen. Sie ermöglichte die Gründung einer individualpsychologischen Versuchsschule unter der Leitung von Oskar Spiel und Ferdinand Birnbaum. Auch stellte sie Räumlichkeiten zur Verfügung, in denen

Adler und seine Schüler unentgeltlich Erziehungsberatung durchführten. Im Laufe der Zeit gab es schließlich fast dreißig derartige Erziehungsberatungsstellen, die Wien zu einem international beachteten Zentrum der *Child Guidance*-Bewegung machten, in welcher Eltern und Lehrer Hilfe bei schwierigen Kindern und Schülern erhielten. 1924 wurde Adler zum Professor am Pädagogischen Institut der Stadt Wien ernannt, eine späte Genugtuung für die schmachliche Ablehnung seines Habilitationsansuchens an die Wiener Universität.

1926 erschien das zweibändige *Handbuch der Individualpsychologie* (Reprint 1966), in dem unter der Redaktion von Erwin Wexberg jeder mögliche Aspekt der Individualpsychologie behandelt wurde. Die beteiligten Autoren folgen weitgehend den Adlerschen Grundsätzen mit dem Gemeinschaftsgefühl als unerschütterliche Basis, mit dem Nützlichkeitsgebot für das Individuum (wie für die Individualpsychologie selbst), mit dem Leistungsprinzip als einzigem Weg aus der Neurose, mit der Zurückweisung hereditärer Einflüsse, mit der Lehre von der Kompensation von Organminderwertigkeiten bzw. Minderwertigkeitsgefühlen, mit der final-kasualen Betrachtungsweise, der Einsicht in die Bedeutung des Mutes und der Ermutigung etc. Adler selbst steuerte keinen Beitrag zum Doppelband bei.

Ab 1924 verbrachte Adler immer mehr Zeit auf Auslandsreisen, die er dazu nutzte, seine Weltanschauung und Menschenkenntnis zu verbreiten und die Gründung von Ortsgruppen voranzutreiben. 1926 reiste er auf Einladung erstmals in die USA, nachdem Übersetzungen seiner Bücher dort und in Großbritannien auf lebhaftes Resonanz stießen. Individualpsychologie wie auch Psychoanalyse wurden in den USA außerordentlich günstig aufgenommen. Doch während Freud versuchte, die oftmals komplizierten und schwer zu verstehenden Kenntnisse der Psychoanalyse zu bewahren und vor einer

Profanisierung zu schützen, ging es Adler von Anfang an darum, seine Lehre demokratisch und liberal, das heißt für alle und für jeden zugänglich zu machen und anzuwenden. Seine sozialistischen Anteile durften in den USA aber keine Rolle mehr spielen, er bezeichnete sich auch nicht mehr als Sozialist. Er passte seine Psychologie an eine demokratische und pragmatisch orientierte Massenkultur an. Die Psychoanalyse betonte das individuelle seelische Erleben, doch fehlte es ihr an Kraft, schnelle persönliche Veränderungen und Verbesserungen zu bewirken, da Freud und die Freudianer keine Rezepte anboten. Die Individualpsychologie war eingängiger, volkstümlicher, ohne den Ruch des Sexuellen, und sie war leicht anwendbar. Besonders in der von Rudolf Dreikurs popularisierten Fassung erfuhr die Individualpsychologie eine große Verbreitung in der Erziehungsberatung.

Adler verbrachte immer mehr Zeit in den USA und auf Vortragstournee in vielen europäischen Staaten. Er freute sich 1930 über die Auszeichnung zum Ehrenbürger der Stadt Wien aus Anlass seines 60. Geburtstages, war aber verstimmt darüber, dass der Bürgermeister ihn einen „Schüler Freuds“ nannte. Mitte 1931 erhielt er eine Professur am Long Island College of Medicine für Medizinische Psychologie, und er wurde zugleich Leiter einer dort neu aufgebauten Lehr- und Beratungsstelle für Mediziner, Psychologen und Sozialarbeiter, die Klienten und Schüler und deren Eltern beraten sollten. Adler wurde tatkräftig unterstützt von zwei amerikanischen Millionären. Wie schon in Europa, setzte sich Adler unermüdlich für Kooperation und soziale Gesinnung der Menschen ein – die beste Vorbeugung gegen Neurosen. Jeder gesunde Mensch strebe danach, hilfreich zu sein und am Wohlbefinden der Anderen mitzuarbeiten. Die Fähigkeit zur Kooperation müsse gefördert und ausgebaut werden.

Im Zeitraum zwischen 1929 und 1931 erschienen fünf Bücher in englischer Sprache.

Es handelte sich entweder um Fallgeschichten (*Problems of neurosis: a book of case histories*, 1929) oder um Mitschriften seiner vielen Vorträge. *The science of living* (1929) ist eine knappe Einführung in die Grundlagen der Individualpsychologie. *The education of children* (1930) behandelt ausschließlich Erziehungsfragen, *The pattern of Live* (1930) befasst sich mit dem *problem child*, dem Sorgenkind. 1933 erschien ein wichtiges Buch, *Der Sinn des Lebens*, in welchem er seinen philosophischen Anspruch mit am deutlichsten zusammenfasste. Die Evolution, führt Adler darin aus, führe von niedrigen zu komplexen Lebewesen. Der Mensch, der über keine Instinkte verfüge, sei schutzlos der Natur ausgeliefert und konnte nur überleben, weil er ausgefeilte Formen der Kooperation entwickelte. Wer nicht kooperiert, wer kein Gemeinschaftsgefühl besitzt, sei dem Untergang geweiht. Der Sinn des Lebens bestehe in der Kooperation und dem gegenseitigen Altruismus; das gelte für Individuen ebenso wie für Gruppen und Nationen. Adler ahnte nicht, dass dieses Buch sein Alterswerk sein würde.

Ab 1934 veränderte sich die Situation in Österreich deutlich zum Negativen. Die Sozialdemokratische Partei wurde verboten; eine der Folgen war, dass Adlers alter Mitstreiter Carl Furtmüller vom Dollfuss-Regime seines Amtes in der Reformabteilung des Unterrichtsministeriums enthoben wurde. Nach langem Zögern übersiedelten Ehefrau Raissa und die Kinder Kurt und Alexandra ebenfalls nach New York. Die Wohnung in Wien wurde aufgegeben und das Landhaus in Salmansdorf bei Wien verkauft.

Die Spannungen mit seiner in Russland geborenen Frau Raissa müssen beträchtlich gewesen sein. Beide lernten sich in der sozialistischen Studentenverbindung Wiens kennen. Während Adler unermüdlich seine individualpsychologische Bewegung aufbaute und viele Abende beim Diskutieren in Wiens Caféhäusern verbrachte, musste sich Raissa – die ihr Studium abbrach – zuhause um die

vier Kinder kümmern. Raissa blieb eine Unterstützerin der Bolschewiken, als Alfred bereits deren Machtgier geißelte. Während Raissa in Wien Leo Trotzki gegen Stalin unterstützte, ließ sich Adler in den USA von einigen reichen Kapitalisten fördern. Und während seine Tochter Valentine mit ihrem Mann in einem sowjetischen Gulag verschwand, amalgamierte Adler seinen Optimismus mit dem Fortschrittsglauben amerikanischer Prägung. In den 1990er Jahren wurde bekannt, dass Adler nicht nur eine Liebschaft nebenbei hatte. Raissa war willensstark, und es spricht einiges dafür, dass Adler seine Frau vor Augen hatte, als er die Hypothese vom „männlichen Protest“ entwickelte. Wie Phyllis Bottome schrieb: „Der Kampf für die Emanzipation der Frau ist etwas ganz anderes als das Zusammenleben mit einer emanzipierten Frau.“

Adler schonte sich nicht – seine Aufforderung, nützlich zu sein für die Gemeinschaft, galt auch für ihn selbst. Das Nützlichkeitspostulat erhielt bei ihm eine Unerbittlichkeit, die vermutlich zu seinem frühen Tod beitrug. Seit Anfang der 30er Jahre litt er an verschiedenen Erkrankungen, aber er weigerte sich, einen Arzt zu konsultieren. Adler starb am 28. Mai 1937 im schottischen Aberdeen auf einer Vortragstournee an einem Herzinfarkt. Immer mehr war er zum Apostel eines Ideals geworden, das für ihn die einzige Rettung der Welt bedeutete und für dessen Verbreitung er sich tödlich anstrengte.

Adlers Persönlichkeit wurde unterschiedlich erlebt. Auf den ersten Blick imponierte er niemandem. Er war klein gewachsen und von pyknischem Körperbau – ein gemütlicher Wiener Kleinbürger mit einem Wohlstandsbäuchlein. Er kleidete sich unauffällig; aber wenn er sprach, dann wurde aus dem gemütlichen Wiener ein inspirierter Geist, der seine Hörer mitreißen konnte. Mit dem gesprochenen Wort belehrte und ermutigte er seine Mitmenschen. Im Umgang mit seinen Klienten, insbesondere mit den Kindern, war

er schlicht, humorvoll und gütig. Er hatte die Gabe, sofort Kontakt knüpfen zu können. Es muss beeindruckend gewesen sein, Adler bei Beratungsgesprächen zu erleben. Schon nach wenigen Worten hatte er das Kernproblem des betreffenden Kindes und seiner Familie erfasst. Besonders bewunderten die Zuhörer, die sich bei solchen Vorfürungen einstellen durften, die ungewöhnliche Schlichtheit und den Takt, mittels derer Adler seine Erkenntnisse auch ungebildeten Laien zu vermitteln wusste. Niemals posierte er als der große Psychologe und Psychotherapeut, der er war; er solidarisierte sich mit jedem Kind, das sein Gesprächspartner war, und stellte sich auf gleiche Stufe mit allen, die seinen Rat und seine Hilfe suchten. Er ermutigte jeden, so dass jeder selbst nach einem kurzen Gespräch mit ihm einen neuen Glauben an sich selbst davontrug, eine meist unformulierte, doch äußerst bestärkte Hoffnung auf die eigene nahe oder ferne Zukunft. Es gibt aber auch Zeitgenossen, die sich an seinem Ehrgeiz, seiner Rechthaberei, seiner Prioritätseifersüchtelei und seinen manchmal harschen Urteilen stießen. Besonders Sigmund Freud verachtete ihn.

Freud hatte mit psychologisch abweichenden Meinungen zu kämpfen, in der Individualpsychologie waren es eher politische und weltanschauliche Konflikte. Unter Adlers Mitarbeitern und Schülern gab es drei Gruppen, die nicht so recht in den Rahmen der freiheitlich-sozialistischen Individualpsychologie passten: die wissenschaftlich denkenden Ärzte, die Kommunisten und einige religiös geprägte Konservative. Früher oder später musste es zu Abspaltungen kommen.

Einige Ärzte verließen schon 1916 die noch junge individualpsychologische Bewegung, weil sie mit dem unphilosophischen Begriff „Gemeinschaftsgefühl“ nichts anzufangen wussten. Führende Kommunisten unter Adlers Schülern waren Manès Sperber, Otto Rühle und seine Gattin Alice Rühle-Gerstel. Die beiden Letztgenannten gründeten 1925

in Dresden eine individualpsychologische proletarische Erziehungsgemeinschaft („Das proletarische Kind“) sowie 1927 eine marxistische Arbeitsgemeinschaft. 1927 organisierte Alice Rühle-Gerstel die Erste Tagung für Marxismus und Individualpsychologie in Dresden. Noch im selben Jahr folgte der Zweite Kongress für Sozialismus und Individualpsychologie in Wien. Und ebenfalls in jenem Jahr erschien ihr Buch *Der Weg zum Wir*, eine etwas bemühte Synthese von Individualpsychologie und Marxismus.

Für Adler war der Sozialismus österreichischer Ausformung prägend gewesen, und seine Betonung von Gemeinschaftsgefühl als Neurosenprophylaxe und Gesundheitskriterium ist sicherlich davon beeinflusst. Die Versuche einer Vereinheitlichung aber müssen ihm ein Dorn im Auge gewesen sein. Sie behinderten ihn in seiner Expansion in die USA und er musste eine Unterwerfung der Individualpsychologie unter den unbedingten Macht- und Führungsanspruch der Kommunisten fürchten. Mehr und mehr vermied Adler den Kontakt zu den Marxisten, entzog ihnen seine Unterstützung und Publikationsmöglichkeiten, wobei seine Rolle in dem Bruch nicht ganz geklärt ist, da er sich meist in den USA aufhielt. Sein intellektuelles Ziehkind Manès Sperber trennte sich im Streit von Adler. Doch 1970 porträtierte Sperber seinen großen Mentor kritisch-liebevoll (*Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie*): Adler habe Recht gehabt, sich von den marxistischen und kommunistischen Hitzköpfen zu trennen.

Fast gleichzeitig mit der Trennung von der „individualpsychologischen Linken“ musste sich Adler mit dem rechten Flügel seiner Bewegung auseinandersetzen. Hier hatte er mit Leuten zu tun, die mit dem Katholizismus liebäugelten. Katholische Adlerianer waren Oswald Schwarz und Rudolf Allers. Auch hier ging es um die Prioritätenfrage: Gottesglaube und Christentum oder Wissenschaft und Individualpsychologie? Als Atheist, der im Grunde tolerant gegenüber religiösen Ein-

stellungen blieb, brach Adler mit dieser Fraktion.

### Adlers Werk

Bevor Adler zur Gruppe Freuds stieß, hatte er auf dem Gebiet der Sozialmedizin eigene Ideen entwickelt und zum Ausdruck gebracht. Die starke soziale Komponente seines Denkens zeigt sich bereits in den frühesten Schriften, wie beispielsweise dem *Gesundheitsbuch für das Schneidergewerbe* (1898), in welchem er Krankheit als ein Produkt von schlechten Arbeitsbedingungen ansah und ein Programm zur Behebung der wirtschaftlichen und gesundheitlichen Misere dieses Berufsstandes vorstellte, oder dem Manifest „Das Eindringen sozialer Triebkräfte in die Medizin“ (1902), ein Plädoyer für mehr vorbeugenden Gesundheitsschutz durch Ärzte. 1904 radikalisierte er diesen Standpunkt mit dem Aufsatz „Der Arzt als Erzieher“. Die Ärzte sollten sich an die Spitze der Bewegung für eine bewusste Krankheitsprophylaxe setzen. So wie der Pädagoge die vorhandenen Anlagen eines Kindes erkennen und fördern sollte, so sollte der gute Arzt die heilenden Kräfte im Kranken wecken und fördern. Die Erziehung, die selbstverständlich völlig auf Prügel und Schläge verzichten müsse, sollte immer die Zukunft des Kindes im Auge haben. Scharf geht er mit den schüchternen und überempfindlichen Kindern ins Gericht. Zurückgezogenheit und Feigheit nennt er „kulturwidrig“ und „kulturell minderwertig“.

Adler wurde stark inspiriert von dem Berliner Mediziner und Sozialpolitiker Rudolf Virchow, und er versuchte, dessen Ideen auf Österreich zu übertragen. Virchow war jener Mediziner des 19. Jahrhunderts, der am nachdrücklichsten und erfolgreichsten für eine soziale Medizin eintrat. Adler bezieht sich in einigen seiner Veröffentlichungen auf ihn. Virchow hatte anlässlich einer Reise ins arme Oberschlesien 1847/48 Zusammenhänge erkannt zwischen dem Auftreten von Epidemien und sozialen und kulturellen Ver-

nachlässigungen, die das Leben der betroffenen Bevölkerungsgruppen bestimmten. Virchow verstand unter präventiver Medizin den Kampf um Demokratie, Wohlstand und Bildung mit dem Ziel von Gesundheit und Selbstständigkeit der Arbeiter und Bürger. Adler betonte wie Virchow die Notwendigkeit vorbeugender Maßnahmen, doch Virchow zeigte als Liberaler und als Mitbegründer der Deutschen Fortschrittspartei keine Sympathien für die aufkommende Sozialdemokratie und die Arbeiterschaft. Er setzte auf einen starken Staat und kommunale Eingriffe, während Adler – beispielsweise in seinem Aufsatz „Bolschewismus und Seelenkunde“ (1918/19) – das gemeinschaftliche Handeln der proletarischen Klasse feierte.

Ab 1904 fand in Adlers Aufsätzen ein Wechsel des thematischen Schwerpunktes statt. Sein Interesse konvergierte von der sozialen Medizin zur Pädagogik mit ersten Ansätzen einer Ätiologie und Prophylaxe der Neurosen, die für ihn der Ausdruck einer unzulänglichen Kulturfähigkeit des Individuums waren. Dem Thema „Erziehung als Neurosenprophylaxe“ widmete Adler in den folgenden Jahren mehr als 20 Publikationen. Was Adlers Interesse für die Kindererziehung entfachte, lässt sich heute nur schwer rekonstruieren. Man darf mit einigem Recht annehmen, dass sich Adler ab 1902 stark von Freud und dessen Erforschung der frühkindlichen Sexualität beeinflussen ließ. Den Hauptgrund für ein „kulturwidriges“ Zurückzucken vor den Aufgaben des Lebens sah Adler 1904 in der Masturbation. So wie Sigmund Freud die Beobachtung des elterlichen Koitus als traumatisch für das Kind ansah, so betonte Adler, dass Schlaf- und Kinderzimmer getrennt sein sollten. Später leugnete Adler vehement Freuds Einfluss.

Vier bedeutsame Inhalte der Adlerschen Theorie – die pädagogische Ausrichtung, die Persönlichkeit des Arztes und Erziehers, die Krankheitsvorbeugung und die Betonung der

Ermutigung für das Kind – werden hier sichtbar. Der Aufsatz von 1904 ist bemerkenswert, weil er Adlers zentrale Anschauungen in einer ersten Kurzform enthält und er zu diesem Zeitpunkt bereits eine vollständige Theorie einer demokratischen und gewaltfreien Erziehung entwickelt hatte. Doch das Thema Sozialmedizin als genuine Aufgabe für den Arzt blieb eine Idee des Übergangs; bis 1904 richtete Adler seine Forderungen an den Staat, von dem er ein stärkeres medizinisches und soziales Engagement erwartete. Ab 1904 lancierte Adler, dass die gelungene Integration des Individuums in Gesellschaft und Kultur sich an dessen Kulturfähigkeit zeige und eine selbstverständliche Bringeschuld des Einzelnen sei.

### **Studie über Minderwertigkeit von Organen**

Freud war auf der Suche nach der einen Ursache für alle Neurosen, Adler wollte es ihm gleichtun. Adler glaubte zu der Zeit den Ursprung buchstäblich aller Neurosen in den aus Organminderwertigkeiten entstehenden, fehlkompensierten Gefühlen und Handlungen gefunden zu haben. Das stellte eine völlige Umorientierung von Adlers Denken dar, sehr wahrscheinlich wieder unter dem Einfluss Freuds. Ausgangspunkt in der *Studie über Minderwertigkeit von Organen* (1907) ist die These, dass körperliche Mängel, Ausfälle oder Verkrüppelungen durch andere Organe oder manchmal durch seelische Anstrengungen und geistige Konzentration ausgeglichen werden können. Adler lehnte sich dabei erneut an Rudolf Virchow an, der den menschlichen Organismus ebenso wie die Gesellschaft als Einheit sah, deren einzelne Teile darauf gerichtet sind, die Gesamtfunktionsfähigkeit aufrechtzuerhalten und Ausfälle auszugleichen. Eine derartige Kompensation bedeutete laut Adler psychische Mehrarbeit und zugleich psychische Gefährdung, was sich im Normalfall in einer Neurose manifestiert, im günstigen Fall in einer

Überwindung der Minderwertigkeit bis hin zur Genialität. Adler führte alle hochstehenden psychischen Tätigkeiten wie Sprache, Künste, Philosophie, Weltanschauungen sowie Genialität auf das notwendig vorausgehende Vorhandensein einer Organminderwertigkeit und die darauf aufbauende „psychische Mehrarbeit“ zurück. Adler meinte damit eine organische Grundlage für die von Freud beschriebenen psychischen Phänomene der Verdrängung, der Konversion und der Sublimierung gefunden zu haben. Der Autor betonte noch mit Blick auf Freud, dass bei allen Organminderwertigkeiten regelmäßig eine Unterfunktion der Sexualorgane zu beobachten sei. Freud hegte kurzzeitig die Hoffnung, Adler könnte mit seinem Buch einen Beitrag zu den biologischen Grundlagen der Triebvorgänge leisten, was ihn das Buch freundlich, jedoch mit dem Hinweis auf die Notwendigkeit weiterer Forschung, aufnehmen ließ.

Adlers Theorie von der Organminderwertigkeit und deren Kompensation ist niederschmetternd pessimistisch. Abgesehen davon, dass „Organminderwertigkeit“ eine Fülle disparater angeborener und erworbener Defekte umfasst, die kaum zu vereinheitlichen sind, so würden unterentwickelte oder nicht ausgebildete Organe frühen Tod oder unvermeidliche Krankheit für dessen Träger bedeuten. Die erhöhte Anstrengung prädestiniere in der Regel für Neurosen, Hysterie und Psychosen, und nur in Einzelfällen kommen überdurchschnittliche Leistungen oder gar Genialität zustande. Im Großen und Ganzen ist die Idee von der Kompensation originell. Der Mensch reagiert mit geistiger Anstrengung auf einen (körperlichen) Mangel.

Im Einzelnen sind Adlers Ausführungen entzaubernd. Es stimmt nicht, dass Infektionen immer ein vorgeschädigtes Organ befallen, die wichtigsten Aussagen wie die von der Kompensation und der genialischen Überkompensation kommen eher beiläufig daher und werden von Adler nicht eigens hervorgehoben (erst spätere Leser stießen auf

dieses Juwel). Die Organpathologie Adlers steckt voller Fehler, der Organbegriff ist ausufernd und schlecht definiert, die Organminderwertigkeit als einzige Ursache von Neurosen ist unhaltbar, falsch ist der behauptete Zusammenhang zwischen äußeren Hautanomalien und Minderwertigkeiten direkt darunter liegender Organe. Und auch die Kompensation an sich sagt nichts über die Zukunft aus; Bettnässer können wasserscheu werden oder sich zu begeisterten Schwimmern und Ruderern entwickeln. Überhaupt sind die Beispiele grotesk zusammen- und zudem noch auf den Kopf gestellt. Adler schreibt, Köche und Feinschmecker hätten oft schlechte Zähne und häufig Magen-Darm-Erkrankungen, d.h. er schließt von der „Kompensation“ auf die Organminderwertigkeit, nicht umgekehrt. Seine anatomischen Kenntnisse spotten jeder Beschreibung: der Nabel gehört für ihn zum Ernährungstrakt, Fettleibigkeit des Vaters erkläre das Bettnässen des Kindes usw.

Erscheinungen, die sich seinem Schema nicht einfügen, wurden nicht behandelt. Ernsthaftete Einwände konnte er sich ohnehin kaum vorstellen, obwohl er an anderer Stelle selbst darauf verweist, dass viele Beobachtungen seiner Organminderwertigkeitslehre widersprechen bzw. oftmals zu wenig Material über die Vererbbarkeit vorliegt, weil Angehörige von ihm nicht untersucht werden konnten. Die Überfunktion (Hyperplasie) von Organen wird nirgends in Rechnung gestellt. In der Studie ist nur zwischen den Zeilen zu lesen, dass bei Organminderwertigkeiten das eigentlich Krankmachende nicht die körperliche Beeinträchtigung, sondern der Spott, der Tadel, die Missachtung, die Herabsetzung, die Verwöhnung und das Mitleid sind, die das fragliche Kind in seiner Umgebung erfährt. Die vielen Fallbeispiele aus Adlers Hausarztpraxis haben aus heutiger Sicht wenig Beweiskraft, da sich aus ihnen kein statistischer Zusammenhang und keine Wahrscheinlichkeitsaussagen ableiten lassen.

Das ist nicht dem damaligen Stand der medizinischen Wissenschaft geschuldet, sondern Adlers Unvermögen zur wissenschaftlichen Arbeit. Das somatische Modell, wonach hereditäre Einflüsse große Bedeutung für das seelische Leben haben, war bei Abfassung des Buches nicht neu und zugleich schon an ihr Ende gekommen. Bei der Aphasie beispielsweise, der zeitweisen Sprachlosigkeit, konnte zur damaligen Zeit unmöglich festgestellt werden, ob und wo eine Verletzung von Nerven (eine Organminderwertigkeit) vorlag. Schon in der Zeit vor Abfassung der Studie über Minderwertigkeit von Organen grenzte sich Freud deutlich gegen die somatische Ätiologie von Neurosen ab: nicht eine angeborene Unzulänglichkeit des seelischen Apparates rufe Neurosen hervor, sondern ein Konflikt widerstreitender Seelenkräfte. Indem Adler alle Neurosen auf eine angeborene Minderfunktion von Organen zurückführt, fiel er auf eine von Freud bereits aufgegebene Position zurück.

Adler bewegt sich in diesem Text ausschließlich auf dem Boden der Biologie und der Vererbung. Umwelt- und Erziehungseinflüsse spielen praktisch keine Rolle. Es ist unklar, warum Adler dieses Buch schrieb; über seine Motive gibt er keine Auskunft. Offenkundig war Adler bestrebt, eine neue vereinheitlichte Theorie aufzustellen, die Urhebererschaft zu verteidigen und Einwände abzuweisen. Die Begriffe der Minderwertigkeit, des Minderwertigkeitsgefühls, der Kompensation und des Strebens nach Geltung wurden zentral für Adlers weiteres Denken. Aber in die siebenbändige Adler-Studienausgabe beim Verlag Vandenhoeck & Ruprecht wurde das Werk gar nicht erst aufgenommen, es ist einfach beschämend schwach.

## Aggressionstrieb

Um 1908 wandte sich Adler mit einem zweiten Argument gegen Freuds Grundidee von der Libido als der Hauptquelle der Dynamik

des Seelenlebens. Adler legte dar, es gebe einen Aggressionstrieb, den man nicht als die Folge frustrierter Libido erklären könne, sondern als eigenständige Kraft akzeptieren müsse; der Aggressionstrieb spiele im normalen Leben wie in der Neurose eine nicht weniger wichtige Rolle als die Liebeskraft. Das wird 1908 ausgeführt in den zwei kurzen Aufsätzen „Der Aggressionstrieb im Leben und in der Neurose“ und „Das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes“.

In der Mittwochsgesellschaft, wo all seine Gedanken vorbereitend diskutiert wurden, sprach Adler zunächst vom Sadismus als einer ursprünglichen Triebanlage, die sich zuallererst im feindseligen Schreien des Säuglings manifestiere. In der schriftlichen Ausarbeitung ersetzte er den Begriff Sadismus durch Aggressionstrieb, und es scheint so, dass Adler Sadismus und Aggression im heutigen Wortsinn nimmt: als böartigen Angriff, willentliche Grausamkeit und feindseligen Kampf. In diesem Aufsatz von 1908 stellt er die Behauptung auf, dass der Sadismus und sein Antagonist, der Masochismus, die unmittelbarsten zur nervösen Erkrankung führenden Faktoren seien.

In „Der Aggressionstrieb im Leben und in der Neurose“ findet eine Idee eine Akzentuierung, die Adler nie wieder aufgeben sollte: Entscheidend für Erfolg oder Misserfolg eines Lebens sei, wie ein Kind oder Erwachsener die vor ihnen liegenden Aufgaben anpackten. Dieses Vorgehen habe immer auch etwas Angreifendes, eben Aggressives. Adler kehrte zur Organminderwertigkeit zurück, wenn er schreibt, jedes Organ und jeder Trieb verlange energisch nach Befriedigung, und ganz besonders das minderwertige Organ. Minderwertige Organe hätten die stärkeren Triebe und den stärkeren Aggressionstrieb. In der Mittwochsgesellschaft kam die neue These vom anthropologischen Aggressionstrieb nicht gut an; die Mitdiskutanten spürten nur zu deutlich, dass Adler das Sexuelle als wichtigste Triebkraft angriff. Drei



Jahre später kam es dann zum endgültigen Bruch, und die These vom Aggressionstrieb war mit ein Grund.

Die Ironie dieser Geschichte besteht darin, dass Freud später, Anfang der 20er Jahre, der Libido einen eigenständigen, dominanten Aggressionstrieb an die Seite stellte. Jedenfalls verstand Adler das Sexuelle um 1908 nur noch als einen psychischen Ausdruck unter anderen, nicht als einen alles andere bewegenden Faktor. Die Sexualität werde durch den Charakter geformt, nicht umgekehrt. Adler betonte, dass sich Triebe nicht hemmungslos ausbreiten können, sondern durch andere Triebe oder durch „die Kultur“ begrenzt werden müssten. Er unterschied zwischen einer kulturell angepassten und einer kulturfeindlichen Form der Triebe und der Aggression. Die wichtigste Begrenzung und Korrektur für aggressive Triebe nannte er das „angeborene Gemeinschaftsgefühl“ bzw. „die Kultur“.

Seine Theorie sah um 1908 so aus: Das Kind komme mit problematischen Strebungen auf die Welt, die im Laufe der Jahre durch Erziehung in kulturförderliche Bahnen gelenkt werden müssen. Dabei dürfe das Kind durchaus gefordert werden. Adler entwickelte die Vorstellung, dass Verzärtelung und Verwöhnung die größten Hemmnisse seien, um „Selbstständigkeit, Initiative und Selbstzucht“ zu entwickeln. Verhätschelung und Verwöhnung seien noch viel schlimmer als Verwahrlosung oder andere Traumatisierungen.

Wieder wurde vieles nur angetippt: Was meinte Adler mit Kultur? In einigen Formulierungen ist ihm die Unterwerfung unter die Kultur ganz selbstverständlich, die Kultur ist oberste Instanz und unanfechtbar, und der Erzieher ist Teil dieses unkritisierbaren Abstraktums. Bedürfnisbefriedigung ist an Bedingungen gekoppelt, wer nicht spurt, wird mit Liebesentzug bestraft. Geliebtwerden (und später Zuneigung und Anerkennung) sei keine Selbstverständlichkeit, sondern müsse durch Anpassung verdient werden. Das ist

schwere Kost für den Leser. Andere Formulierungen sind heutzutage leichter zu akzeptieren, so die Aufforderung zur persönlichen Entwicklung und kultureller Beitragsleistung.

Festgehalten werden sollte, dass ein Aggressionsstreben von Adler nicht durchgängig negativ, sondern auch positiv gesehen wurde, ist es doch Basis für eine aktive Bewältigung von Problemen. Aggression (lat. *aggredi*) bedeutet so viel wie herangehen, angreifen. Adler dachte offenbar nicht nur an Angriff im Sinne von Überwältigung oder Tötung und auch nicht im Sinne von Drohung, Beleidigung oder Abwertung. Er hatte eine eigene Definition, die auch Selbstständigkeit, Initiative und Selbstbeherrschung beinhaltet, wenngleich er die Grenze zur Destruktion nicht zog. Um 1910 ist für ihn die Beschäftigung mit einem ins Zentrum gerückten Aggressionstrieb fast schon wieder beendet.

### Über den nervösen Charakter

Adlers Hauptwerk *Über den nervösen Charakter* erschien 1912 kurz nach der Trennung von Freud und sollte der neu entstandenen Individualpsychologie ein theoretisches Fundament geben. Der zentrale Begriff „Individualpsychologie“ ist missverständlich. Er bezeichnet nicht etwa den Wunsch, das Individuum, den einzelnen Menschen in das Zentrum der Forschung zu rücken. Der Begriff wendet sich vielmehr gegen Freuds Aufspaltung der Psyche in unterschiedliche Instanzen. Adler hingegen betonte, der Mensch sei in allen seinen Teilen von einer Melodie durchflossen und bilde – da alle Teile für das Ganze stünden – eine unteilbare Einheit. Einheit kann vielerlei bedeuten. Nach Adler strebt die Einheit Mensch immer einem Ziel in der Zukunft zu. Auch diese Idee ist gegen Freud gerichtet. Freud verfolgte einen starken Determinismus: Die frühkindliche Sexualentwicklung determinierte weitgehend das ganze spätere Leben. Dem widersprach Adler, der teleologisch dachte. Erst wenn der Therapeut weiß, worauf ein Mensch hinaus will, könne er ihn verstehen.

Vergangenheit und Zukunft, Ätiologie und Teleologie wurden zu Kampfbegriffen. In einem anderen Punkt jedoch folgte er Freud, in der Entwertung des tatsächlichen Geschehens und der Überbewertung der Fantasie. Die subjektive Einschätzung des Menschen von seiner tatsächlichen oder vermeintlichen (Organ-) Minderwertigkeit sei ausschlaggebend für die Entwicklung einer Neurose und damit weitgehend unabhängig von Tatsächlichkeiten.

Schon um 1910, also noch in der Mittwochs-Gesellschaft, betonte Adler die grundlegende Bedeutung, die die Vorstellung von „oben“ und „unten“, Macht und Ohnmacht, Mann und Frau für „den Nervösen“ habe, und dass der Nervöse diese Dichotomie aus dem vorgelebten Leben greife, nämlich in der verbreiteten Vorstellung dessen, was männlich und was weiblich ist. Das, was das herrschende „Kulturbewusstsein“ mit am meisten abwerte, sei das Weibliche, und der Neurotiker versuche sich im übersteigerten männlichen Gehabe, was Adler „männlichen Protest“ nannte. *Männlicher Protest*, ein dann zunehmend wichtiger werdender Baustein der individualpsychologischen Theorie, wird hier definiert als Geltungsdrang aufgrund der kulturbedingten falschen Annahme, das Weibliche sei weniger wert. Der Neurotiker lebe in einer Welt der Fiktionen und der falschen Grundannahmen. Das, worauf es ankomme, sei der Eindruck, den der Patient subjektiv hat. Die Idee von den Fiktionen übernahm Adler vom deutschen Philosophen Hans Vaihinger, der in seiner *Philosophie des Als-Ob* (1911) Abstraktionen in den Wissenschaften, die nicht unbedingt die Wirklichkeit abbilden, kritisiert hatte.

Alle Neurotiker hätten eine Kindheit hinter sich, in der sich der Zweifel in ihnen regte, ob sie zur vollen Männlichkeit gelangen könnten. Aus dem Gefühl, kein vollwertiger Mann werden zu können, folge alles Weitere: aufgepeitschtes Triebleben, Gier nach Befriedigung, überhitzte Affekte, Sucht nach Erfolg,

künstlerische Leistung und Genialität, aber auch Misserfolg, Apathie, Angst, Unterwerfung und Insuffizienz. Psychische Störungen sind für Adler das Ergebnis der dialektischen Dynamik von falschen Einschätzungen der Organminderwertigkeit, einem reaktiven Minderwertigkeitsgefühl und einer reaktiven Kompensation. Eine der hauptsächlichsten Kompensationen sei die „Sicherung“ gegen ein Gefühl der Minderwertigkeit (zum Beispiel sei Masturbation eine Sicherung gegen den normalen Sexualverkehr). Später ist der „männliche Protest“ eher ein komplizierter psychischer Prozess der Selbstbehauptung der Frau, von Adler negativ gewertet und mutmaßlich ursprünglich auf seine eigene Frau gemünzt.

Adler erweiterte seine Theorie: Nicht mehr nur psychische Störungen, überhaupt alle Charakterzüge unterliegen der Dynamik von Minderwertigkeitsgefühl und reaktivem Geltungsstreben. Dem Ich gehe es um „Sicherheit“, Anerkennung, sozialen Status, Männlichkeit und auch um aggressive Selbstbehauptung. Der Mensch werde nicht von verbotenen sexuellen Wünschen verfolgt, sondern habe Angst, nicht für voll genommen zu werden und für immer klein zu bleiben.

1. Die erste von acht zentralen neuen Einsichten Adlers lautet: Nicht Sexualität ist das dynamische Moment, sondern Vermeidung einer Minusposition und kompensatorische Macht, die das Individuum auszuüben anstrebt. Das Adler'sche »Ich« kreist egoistisch um sich. Entscheidend ist für Adler dabei einzig das innere Erleben des Menschen, seine kompensatorische Reaktion, nicht eventuell tatsächlich erlittene Traumata.
2. Die menschliche Vorstellung von der Welt beruht auf einer Fülle von Annahmen, die nicht unbedingt mit der Wirklichkeit zu tun haben, aber praktische Relevanz für den Alltag besitzen. Die hauptsächlichste

lebenspraktische Fiktion ist die von männlich gleich oben und weiblich gleich unten. Daneben gibt es viele weitere Fiktionen wie Atom, Gott und Seele. Sie haben für unser Denken eine derart große Bedeutung, als ob sie wahr seien.

3. Nicht das, was auf das Individuum einwirkt, was es erleidet, sondern das, was es in Zukunft daraus macht, ist entscheidend für das Verständnis der Persönlichkeit. Damit wird die wichtig werdende finalistische Sichtweise bzw. Teleologie eingeläutet.
4. Adler lehnte eine Zergliederung der Psyche und damit Freuds Instanzenmodell ab. Das Individuum ist eine willentlich und planvoll gerichtete einheitliche Persönlichkeit mit dem alleinigen Ziel der Überlegenheit (über andere, über Schwierigkeiten). Diese „Sehnsucht nach Überlegenheit“ wurde zeitweise von Adler als kritikwürdiges „Machtstreben“ bezeichnet.
5. Dieses Ziel der Überlegenheit über andere (zugleich die „leitende Fiktion“) ist unmoralisch. Adlers Neurosenpsychologie wird zur Moralphilosophie. Das heißt, Neurose ist (auch) ein moralisches Problem, kurzum, der Neurotiker ist unmoralisch, genauer gesagt ein moralischer Versager.
6. Adler nimmt jetzt an, dass jeder (nicht nur ein Neurotiker) unter einem mehr oder weniger starken Minderwertigkeitsgefühl leidet. Das Minderwertigkeitsgefühl wird zur anthropologischen Konstante. Jedes Kind fühle sich minderwertig angesichts der starken Erwachsenen und jeder Erwachsene fühle sich minderwertig angesichts der starken Tiere mit ihren sicheren Instinkten. Gemäß den ersten drei Thesen kommt es nicht auf eine tatsächliche Minusposition an, es reicht, wenn der Betreffende *glaubt*, er sei minderwertig. Der Unterschied zwischen gesund und neurotisch liegt in der Stärke des kompensatorischen Überlegenheitszieles. Das Überle-

genheitsbestreben geht kausal aus Gefühlen der Unsicherheit und Minderwertigkeit hervor und zeigt sich konkret in „Sicherungstendenzen“. Man will vermeiden, als minderwertig dazustehen. Der Mechanismus ist so schwammig wie das „Überlegenheitsstreben“ und kann vielerlei bedeuten. Gemeint ist bei Adler ein sich Ab sichern gegen das Scheitern, ein Ausweichen vor den normalen Aufgaben des Lebens, um nicht erleben zu müssen, dass man nicht in der Lage ist, allgemeine Lebensprobleme zu lösen. Die drei von Adler immer wieder genannten Lebensaufgaben sind der Beruf, die Ehe (Partnerschaft) und Familie sowie Freundschaft und soziales Leben.

7. Das Persönlichkeitsziel, die leitende Fiktion der absoluten Überlegenheit muss vor den Mitmenschen verheimlicht werden, da es ja gegen sie gerichtet ist. Eine gemeinschaftsorientierte „Gegenfiktion“ zwingt dem narzisstischen Überlegenheitsstreben Rücksichten und Beschränkungen auf. Altruistisches Denken und Handeln dient laut Adler lediglich der Verschleierung der egoistisch-neurotischen Ziele. Freundliche und empathische Menschen verbergen nur ihren Wunsch, andere zu beherrschen und ihnen ihren Willen aufzuzwingen. Deshalb: Je angepasster, bescheidener, tugendhafter, desto neurotischer. Aus Adlers Neurose-Fälle gibt es kein Entkommen. Es gibt nur eine einzige teleologische Leitidee, nämlich Macht über andere zu gewinnen und diese Position abzusichern.
8. Adler erklärte mit dieser Dynamik die Hervorbringung nicht nur von Psyche und Geist, sondern aller kulturellen und zivilisatorischen Errungenschaften. Seele, Geist, Vernunft und Verstand sind für Adler nichts weiter als Bemühungen des Menschen, sich vor drohenden Gefahren zu sichern (vor allem vor der Gefahr, klein und minderwertig zu sein), indem er sich über andere erhebt. Geist, Psyche, Cha-

rakter und Kultur entstehen einzig aus der Kompensation von Minderwertigkeitsgefühlen.

Das Buch *Über den nervösen Charakter* ist reich an Ideen und klinischen Fakten. Viele Autoren werden zitiert: Ärzte, Pädiater und Psychiater wie Kraepelin und Wernicke, von den Vertretern der neueren tiefenpsychologischen Schulen Janet, Bleuler, Freud und andere Psychoanalytiker. Unter den Philosophen werden Nietzsche und Vaihinger am häufigsten zitiert, von den Schriftstellern Goethe, Schiller, Shakespeare, Tolstoi, Dostojewski, Gogol, Ibsen und die österreichischen Dichter Grillparzer und Nestroy.

Die Lektüre ist nicht erfreulich. Adler ergeht sich seitenlang in der Beschreibung all jener verdammenswerten Charaktereigenschaften, die Neurotiker – egal ob Kleinkind oder Erwachsene – auszeichnet. Praktisch sämtliche Charaktereigenschaften seien Kompensationen von Minderwertigkeitsgefühlen, und mehr noch: auch sämtliche kulturelle Leistungen gehen aus dem verbissenen Kampf um Vollwertigkeit hervor. Adler ist ein Entlarvungspsychologe, der auch noch in der Seele des harmlosesten Menschen Abgründe an Asozialität entdeckt. Schon kleine Kinder gestalten das Töpfchengehen zum Streben nach Überlegenheit aus und sie treten in einen offenen Kampf zu den Eltern ein. Dass alle Frauen richtige Männer werden wollen, ist bei Adler wörtlich zu nehmen und erscheint nicht als eine korrigierbare, vorläufige Gedankenkonstruktion. In den wenigen Fallgeschichten ist immer nur der Einzelne neurotisch, die Rolle der Personen seiner Umgebung wird niemals beachtet oder infrage gestellt. Er meint einen wesentlichen Unterschied zwischen Mann und Frau in der Angst vor Mäusen entdeckt zu haben, wobei die Frauen Angst vor den kleinen Tieren hätten, weil diese in „die Öffnung eintreten“ könnten – der Leser darf raten, welche Öffnung gemeint ist.

Die angebliche Durchneurotisierung der Gesellschaft steigert sich seiner Ansicht nach noch einmal im Alter. Die Einschränkungen des Alters peitschen die Machtgier des Neurotikers und vor allem der verwelkenden Neurotikerin noch einmal mächtig auf. Die so genannten Altersneurosen seien dieselben wie aus früheren Lebensjahrzehnten, nur noch verbitterter und hoffnungsloser. Letztlich schürt Adler den Eindruck, dass der Neurotiker alle Erlebnisse mehr oder weniger selbst produziert, selbst die traumatischen, um über andere zu triumphieren, und sei es durch Anpassung, Demut und Bescheidenheit. Es bleibt nach Lektüre dieses Buches unerfindlich, wie ein Mensch eigentlich denken und handeln soll, ohne von Adler als Neurotiker tituliert zu werden. Das manchmal schwere Leiden der Neurotiker, ihre Unglücks- und Konfliktempfindungen, werden keines Wortes gewürdigt.

Das Buch enthält auch keine Therapieempfehlungen. Adler appelliert indirekt an die so genannten Nervösen, ihr Minderwertigkeitsgefühl nicht dazu zu missbrauchen, anderen auf die Nerven zu fallen, ihnen auf der Tasche zu liegen oder ihnen Schaden zuzufügen. Sie sollen keine Angst haben vor dem Heiraten, die Frauen sollen Kinder bekommen, wenn die Zeit dazu gekommen ist, die Kinder sollen nicht in Trotz gegen die Eltern verfallen, und alle sollen durch Arbeit ihren Lebensunterhalt verdienen und auf eigenen Füßen stehen. Seine kurzen Fallbeispiele sind allesamt im zwischenmenschlichen, sozialen und familiären Bereich angesiedelt. Die Arbeitswelt, die Adler in seinen frühen Schriften noch so vehement als krankmachend kritisierte, ist hier kein Thema mehr. Indem Adler in späteren Auflagen das Wort Gemeinschaftsgefühl mehrfach einfügte, ist tatsächlich in erster Linie von den Belangen anderer Familienmitglieder und von den Menschen der näheren Umgebung die Rede, deren Wünsche zugunsten eines möglichst reibungslosen Miteinanders zu willfahren sei.

Adler ist hier weit davon entfernt, irgendeine konkrete, definierte Gemeinschaft zu meinen. Vielmehr geht es indirekt um die Eltern, Familienmitglieder oder potenzielle Ehepartner.

### Menschenkenntnis

Adler verstand unter Neurose so disparate Erscheinungen wie Bettnässen, extreme Schüchternheit, Resignation, hypertrophe Selbstbehauptung, übermäßiges Streben nach Sicherheit, Egoismus, Unflexibilität in den Handlungsalternativen, sexuelle Abstinenz ebenso wie übermäßige Sexualität, Streben nach Überlegenheit meist in Verbindung mit Abwertung anderer, Angst vor Niederlagen, Minderwertigkeitskomplexe, Rückzug auf die Familie oder übersteigertes männliches Gehabe. Er schaffte die klassische Unterscheidung der Neurosen ab, wie sie damals galt: Hysterie, Phobie und Zwangspänomene, und er unterschied nicht zwischen Neurosen und Psychosen. Er entfernte sich damit von der Ärzteschaft und der wissenschaftlichen Medizin, ein bewusst von ihm eingeschlagener Weg.

Die schon früher erhobene Aufforderung zur Anpassung an die Kultur und zur Kooperation erhielt nach dem Zweiten Weltkrieg mit der Betonung des Gemeinschaftsgefühls ein erhöhtes Gewicht. Im deutschsprachigen Raum hatte sich Gemeinschaftsgefühl in kürzester Zeit zu einem zentralen Begriff der individualpsychologischen Theorie entwickelt. Das Maß an Gemeinschaftsgefühl wird in Adlers Spätschriften zum wichtigsten Kriterium psychischer Gesundheit. Nur dieses könne das neurotische Streben nach Macht und Überlegenheit eindämmen. Sein Ausmaß ist für Adler fortan das Kriterium für einen guten oder schlechten Charakter. Alle kulturellen Leistungen würden einem Gemeinschaftsgefühl entspringen. Der Ursprung aller Neurosen liegt laut Adler jetzt darin, dass es nicht gelang, die Entstehung des angeborenen Gemeinschaftsgefühls im Kleinkind zu fördern. Adler betonte die frühe

Mutter-Kind-Beziehung als die erste und entscheidende Weichenstellung für die Entwicklung der Persönlichkeit. Wer als Kind nicht geliebt wurde, könne in der Schule einige Entwicklungsschritte hin zum Gemeinschaftsgefühl nachholen, sofern die Lehrer darauf achten. Adlers Erfolge in der Praxis bestärkten ihn in der Überzeugung, damit eine Formel zur Verbesserung der gesamten Welt gefunden zu haben. 1923 bis 1926 und darüber hinaus ist zweifellos die Zeit des Höhepunkts der individualpsychologischen Entwicklung in Europa und den USA.

An Adlers Vortrags-Sammelband *Menschenkenntnis* von 1927 lässt sich exemplarisch der Entwicklungsstand seiner Lehre ablesen. Aus gut besuchten Vorlesungen für ein Laienpublikum in Wien entstand Adlers am weitesten verbreitetes Buch. Es wurden seine 1926 gehaltenen Vorträge mitsteno-graphiert und stilistisch überarbeitet. Es setzt sich das Ziel, aus den Einsichten der Individualpsychologie nicht nur eine handliche Lehre vom Menschen und seinen Verhaltensweisen abzuleiten, vielmehr wollte Adler seine Lehre auf eine anthropologische Grundlage stellen. Zugleich kam dabei eine soziale Philosophie heraus, die viele neue, logisch aufeinander aufbauende Elemente enthält, die sich um das Gemeinschaftsgefühl gruppieren.

*Menschenkenntnis* ist Adlers klarstes, vielleicht auch sympathischstes Buch, auch weil die moralischen Angriffe auf „die Neurotiker“ diesmal unterblieben. Minderwertigkeitsgefühle kämpfen mit Gemeinschaftsgefühlen, und Psychologen, Erzieher, Lehrer und Eltern stehen vor dem Problem, Mittel und Wege zu finden, die Sorgenkinder zur nützlichen Seite des Lebens zurückzuführen. Die Kenntnis des Seelenlebens des kleinen Kindes sei dafür Voraussetzung. Adler und die Individualpsychologen kamen praktisch wie von selbst zur Kindererziehung und zur Schulpädagogik. Adler erläuterte erneut seine Axiome:

1. Die Erlebnisse, Eindrücke und Stellungnahmen der ersten Jahre stehen in einem „bindenden Zusammenhang“ mit dem späteren Leben.
2. Alle Einzelercheinungen des Seelenlebens sind Teile eines Ganzen. Sie verdichten sich zu einer Bewegungslinie, zu einer „Lebensschablone“ mit einem geheimen oder unverstandenen Ziel, das sich im Laufe des Lebens nicht oder nur unwesentlich ändert. Das Ziel heißt Macht- und Überlegenheitsgefühle (statt Minderwertigkeitsgefühle).
3. Seele ist Bewegung und Dynamik. Der Mensch sucht sich zu schützen, die Seele ist ein Schutzorgan gegen die Welt.
4. Minderwertigkeitsgefühle stehen am Beginn eines jeden Lebens. Der Mensch werde minderwertig geboren und dieser Makel prägt ihn sein ganzes Leben. Minderwertigkeitsgefühle sind ein fortwährender Anreiz, sich besser an die Lebensumstände anzupassen und vorzusorgen.
5. Die Seele ist nicht völlig frei, vielmehr gebunden durch die Leitlinien (die angeblich in den ersten Lebensmonaten »gewählt« werden) und das „kosmische Gesetz“ des Altruismus und der Solidarität.
6. Alle Menschen sind auf andere angewiesen, das ist „die Logik des menschlichen Zusammenlebens“. Adler nannte dies die „absolute Wahrheit“.
7. Kulturelle Leistungen erweisen sich nur dann als wertvoll, wenn sie für die Allgemeinheit von Wert sind. Und der Wert des Einzelnen ermisst sich nur unter Berücksichtigung seines Nutzens für die Allgemeinheit.
8. Kleine Kinder müssen „auf diese Welt vorbereitet“ werden, d.h. sie müssen Gemeinschaftsgefühl erwerben.
9. Jeder Mensch hat nur ein Ziel, das der Geltung und der Überlegenheit. Diese

Neurotik muss gemildert werden durch Gemeinschaftsgefühl.

10. Charakter ist die Resultante aus der Einordnung in das „Gesetz der Gemeinschaft“ und dem Streben des Einzelnen nach „Macht und Überlegenheit“.

Im Buch *Menschenkenntnis* nahm Adler einige wichtige Schwerpunktverlagerungen vor: Die in den Jahren davor so vehement vertretene Teleologie, also der Versuch, das Individuum fast gänzlich aus seinen neurotischen Zielen und Zukunftsperspektiven zu verstehen, wird stillschweigend modifiziert. Adler verlegt die Aufmerksamkeit auf das Gewordensein in der Kindheit des Patienten. Mit der Betonung der Erfahrung des Kindes für dessen weiteren Lebensweg kehrt Adler eigentlich zu Freud zurück, ohne es eigens kenntlich zu machen. Das Wort Neurose verwendet er überhaupt nicht mehr, der Begriff Nervosität/nervös taucht kaum ein halbes Dutzend Mal auf. Wie selbstverständlich spricht er wieder vom „Unbewussten“ als „stärkstem Faktor im seelischen Leben“, jenem Wort, das er bislang so gründlich aus allen seinen Werken tilgte. Um sich von Nietzsche abzugrenzen, den er einst verehrte, sprach Adler nicht mehr vom „Machtstreben“, sondern vom „Streben nach Überwindung“ (von Schwierigkeiten) oder „Streben nach Vollkommenheit“. Das einst neurotische Geltungsstreben nähert sich immer mehr einer legitimen Selbstbehauptung und einem legitimen Bedürfnis nach Anerkennung an.

### In Amerika

In den USA wurde Adler berühmt nicht mit dem Begriff Gemeinschaftsgefühl, sondern mit dem Minderwertigkeitsgefühl. Der extreme Individualismus der USA verfrug sich schlecht mit der Betonung des gemeinschaftlichen Handelns als oberstem Ziel, das zudem einen zu starken sozialistischen Einschlag hatte. Adler wich auf das Minderwertigkeits-

gefühl als nunmehr neuen zentralen Terminus für sein amerikanisches Publikum aus, während für die Europäer das Gemeinschaftsgefühl leitend blieb. Gleichzeitig erfuhr das Minderwertigkeitsgefühl einen Bedeutungswandel; zuerst war es Ergebnis einer anthropologischen, naturgegebenen Unterlegenheit des Kleinkindes und des Menschen schlechthin, in den USA wurde es zu einem positiv einzuschätzenden Antrieb für seelisches Wachstum. Die Überwindung des Minderwertigkeitsgefühls im Einzelnen sollte in der amerikanischen Lesart Hemmungen und Begrenzungen abbauen und das Individuum durch mehr Mut und Selbstvertrauen im Wettbewerb erfolgreicher werden lassen. Adler formulierte seine Defizittheorie (Minderwertigkeitsgefühl) in eine Wachstumstheorie (Vollkommenheitsstreben) um. Besonders seine optimistische und kooperative Sichtweise kam gut an. Die Ermutigung des Kindes verfolgte in Europa und den USA unterschiedliche Ziele. In der deutschen beziehungsweise europäischen Variante sollte die Verminderung des Minderwertigkeitsgefühls die Fähigkeit zum Gemeinschaftsgefühl und zur gemeinschaftlichen Tätigkeit erhöhen, in den USA sollten dem Individuum neue Kräfte im Konkurrenzkampf zuwachsen. Das amerikanische Interesse an der Tiefenpsychologie ließ sich mehr von Idealen des Selbstmanagements und des *Empowerment* leiten. Psychoanalyse wie Individualpsychologie entwickelten sich in Amerika eher zu einer Form des Persönlichkeitstrainings, zum Mittel der Verbesserung eigener Fähigkeiten und Möglichkeiten und weniger zu einer kritischen Instanz in der Gesellschaft.

Es war Rudolf Dreikurs, der zu einem der engsten und aktivsten Mitarbeiter Adlers in Wien wurde und der nach Adlers Tod 1937 in den USA wesentlich dazu beitrug, die Individualpsychologie bekannt zu machen und ihr dort bedeutenden Einfluss zu verschaffen. Dreikurs sah die Notwendigkeit, Adlers Prinzipien und Technik zu systematisieren und zu popularisieren (*Grundbegriffe der Individu-*

*alpsychologie*, 1969). Ihm wird zugeschrieben, die Individualpsychologie für die psychologische Beratung von Eltern, Lehrern und Kindern und für die Psychotherapie vereinfacht und handhabbarer gemacht zu haben. 1964 veröffentlichte er zusammen mit Vicki Soltz *Children: The Challenge*, und 1968 schrieben er und Loren Grey *A Parent's Guide to Child Discipline*.

Um die Isolation der Adlerianer in den USA zu überwinden und um die Ausbildung neuer Individualpsychologen anzuregen, gab Dreikurs ab 1940 die Vierteljahresschrift *The Individual Psychology Bulletin* heraus. Dadurch wurde er zur führenden Persönlichkeit im Kreis der Adlerianer in den USA. Zu den wichtigsten Unterstützern der Individualpsychologie in den USA gehörten insbesondere Heinz und Rowena Ansbacher, die an der Universität von Vermont lehrten und an einer akademisch genauen Herausgabe und Interpretation der Ideen Adlers arbeiteten (*Alfred Adlers Individualpsychologie. Eine systematische Darstellung seiner Lehre in Auszügen aus seinen Schriften*, 1972). Mit Dreikurs waren sie nicht immer einverstanden, sie lehnten sein Konzept als unzulässige Vereinfachung der Individualpsychologie ebenso ab wie seine unkonventionelle, dynamische Vorgehensweise. Dreikurs sah seine Auffassungen jedoch gestärkt durch das Aufkommen der Neo-Psychoanalyse, vertreten vor allem durch Karen Horney, Harry Stack Sullivan und Erich Fromm, deren Ansichten über die Bedeutung des Sozialen und des Ichs für das menschliche Verhalten in nicht unerheblichem Umfang mit Adlerschen Prinzipien kompatibel waren. Weit über die USA hinaus hat Dreikurs große Beachtung als Pionier einer tiefenpsychologisch fundierten, demokratischen Erziehung gefunden.

## Der Sinn des Lebens

Die Idee von einem anthropologisch vorgegebenen Gemeinschaftsgefühl, welche zugleich die Idee von einem sozialen Ziel aller

menschlichen Bemühungen ist, bot sich an, als „Sinn des Lebens“ titulierte zu werden. Die Inspiration dazu hatte Adler schon Mitte der 1920er Jahre, worauf einige entsprechende Aufsätze hinweisen. 1933 baute er diesen Grundgedanken zu dem Buch *Der Sinn des Lebens* aus, welches die Krönung seines Lebenswerkes werden sollte. Es enthält bereits vertrautes individualpsychologisches Gedankengut wie auch einige neue Akzente.

Adler meint mit Sinn des Lebens einen wahren, objektiven, überindividuellen Sinn des Lebens, der für die gesamte menschliche Gattung gilt. Zur *conditio humana* im Adlerschen Sinne gehört die unaufhebbare Notwendigkeit des *homo sapiens*, in sozialen Gemeinschaften zu leben und sich in sie einpassen zu müssen, und zugleich das unbedingte Streben nach Vollkommenheit, wobei in einigen Textstellen die Kooperationsfähigkeit mit Vollkommenheit gleichgesetzt wird, in anderen die Verwirklichung der christlichen Gebote „Du sollst nicht töten“ und „Liebe deinen Nächsten“.

Alles Lebende strebe von unten nach oben, von einer Minus-Situation zu einer Plus-Situation, von Unsicherheit zur Sicherheit, von Hilflosigkeit zur Stärke, von Unterlegenheit zur Überlegenheit. Das Minderwertigkeitsgefühl ist ihm jetzt (1933) eine Grundtatsache eines jeden individuellen Lebens und ein unablässig wirkender Stachel, sich „nach oben“ zu entwickeln, um diesem unangenehmen Gefühl zu entrinnen. Diese seelische Unruhe sei die Grundlage aller höheren Menschheitsentwicklung und insofern ein Segen (und keine neurotische Disposition mehr). Die Menschen sollen sich zusammenschließen, zusammenbleiben, sich vertrauen und laufend verständigen, sie sollen Rat und Hilfe uneigennützig geben und bei Notwendigkeit annehmen, sie sollen einen angemessenen Teil der unvermeidlichen Beschwerden auf sich nehmen und sich nicht bedienen lassen, wenn sie sich selbst helfen können.

Ausgangspunkt seiner Metapsychologie ist das kosmische Gebot des gemeinschaftlichen Handelns und der gegenseitigen Unterstützung. Die Ausgestaltung des individuellen Lebensstils steht aber oftmals konträr zu dem evolutionären Gebot des Gemeinschaftsgefühls. Im Hinblick auf die Bewertung der Störungsquellen von Gemeinschaftsgefühl änderte Adler im Laufe der Jahrzehnte seine Meinung mehrfach. Es sind aber im Wesentlichen vier gemeinschaftsverhindernde Faktoren: Mängel und Schwächen der organischen Ausstattung (die Organminderwertigkeiten); Vernachlässigung und mangelnde Zuwendung; autoritärer Zwang und Unterwerfung; Verwöhnung oder Verzärtelung.

Das Streben nach Überlegenheit erfährt ebenfalls eine Uminterpretation. Jetzt wird es verwendet im Sinne von Problembewältigung und es ist eine normale oder positive Strebung. Durch Erziehung solle der junge Mensch an die Gemeinschaft angepasst werden. Gemeinschaftsgefühl ist ein normatives Ideal. Adler hatte aber keine konkrete Gemeinschaft im Sinn, sondern eine ideale Gemeinschaft, die es irgendwann einmal geben wird, wenn alle Menschen Gemeinschaftsgefühl leben „wie Atmen“. Das Streben nach Vollkommenheit und den Zwang zur immer besseren Anpassung glaubte Adler aus der Evolutionstheorie Darwins und Lamarcks ableiten zu können (ohne deren Theorien darzustellen oder zu erläutern). Neurotiker und Kriminelle wandeln auf der Unnützlichkeitsseite des Lebens. Der Mensch aber solle nützlich sein für seine Umgebung. In *Der Sinn des Lebens* spricht Adler seinen vielzitierten Satz: „Menschsein heißt, ein Minderwertigkeitsgefühl zu besitzen, das ständig nach seiner Überwindung drängt.“

### Kritische Würdigung

Die Individualpsychologie steht in der Tradition antiker Weisheitslehren und der der



Aufklärung mit einer Tendenz zur Entlarvungspsychologie á la Nietzsche. Adlers System ist eine Anthropologie in pragmatischer Hinsicht. Er schuf eine moralisch gefärbte Menschenkenntnis, die wesentlich eingängiger ist als die Psychoanalyse, aber auch deutlich weniger intellektualistisch und damit flacher. Adler nahm Anregungen von Darwin, von Lamarck, vom Vitalismus, vom Monismus, später auch vom Christentum auf und verarbeitete diese mit seiner kollektivistisch-sozialistischen Grundhaltung zu einem eigenständigen System. Ob sein Gesamtwerk ein ebenso genialer Entwurf ist wie das Freuds ist schwer zu beurteilen. Sein unbeholfener Stil reicht nicht an die geschliffenen und narkotisierenden Formulierungen Freuds heran. Adlers frühe Bücher sind eher qualvoll zu lesen, erst ab *Menschenkenntnis* wird sein Stil flüssiger. Überhaupt schrieb Adler ungern; viele späte Bücher sind Transskripte seiner Vorträge, die er nur nachlässig redigierte. Vieles wiederholt sich. Er verfasste nie eine systematische Darstellung, das versuchten Wexberg, Furtmüller und das Ehepaar Ansbacher. Das gesprochene Wort war ihm viel wichtiger. Mit dem Tode dieses beeindruckenden Redners ging allerdings auch viel an Wirkung verloren, was seine Schüler und Nachfolger nicht auffangen konnten. Auch würde man sich wünschen, mehr Falldarstellungen von Adler zu besitzen. Es ist ein Manko, dass Adler keine Kulturtheorie vorlegte; wiederum befindet sich Freud mit *Die Zukunft einer Illusion* (1927) und *Das Unbehagen in der Kultur* (1930) im Vorteil.

Adler scheint in den letzten Lebensjahren seltsam entrückt von den weltpolitischen Umwälzungen. Zum Faschismus äußerte er sich nie direkt, und der soziale Aufstieg der Arbeiter, der Frauen und der Angestellten war ihm keine Analyse wert. Seine Utopie von einer Gesellschaft, in der Gemeinschaftsgefühl wie selbstverständlich gelebt wird, hängt unbefriedigend im Ungefähren. Adler stellte kaum jemals konkrete Vorschläge für eine reale Verbesserung der sozialen

Bedingungen zur Verfügung. In seinen Erziehungsbüchern, die auf Fällen aus den Erziehungsberatungsstellen aufbauten, problematisierte er kaum sozioökonomische Faktoren für die kindliche Entwicklung, wie etwa Scheidung, sexuelle Übergriffe, Armut, Tod eines Elternteils, Vernachlässigung, Misshandlung, frühe Sexualität, ungewollte Schwangerschaft oder Prostitution. Alle psychischen Störungen wurden unter „Fehl-anpassung“ an „die Gesellschaft“ abgehandelt.

Adlers psychologisches System steht und fällt mit der Behauptung von der Ubiquität des Minderwertigkeitsgefühls. Im Unterschied zu einigen anderen Lebewesen ist der neugeborene Mensch in der Tat bei seiner Geburt unfertig und hilflos. Das bedeutet nicht, dass der Säugling minderwertig wäre, wie Adler formulierte, noch hat der Säugling ein Gefühl davon, minderwertig zu sein. Die Minus-Situation des Kindes ist ein fragwürdiges Konstrukt angesichts vieler fröhlich spielender Kinder, denen egal ist, dass die Erwachsenen größer und stärker sind. Das dem Menschen gegebene Gehirn reicht aus, um auf angemessene Art mit akustischen und optischen Interaktionen auf die Personen seiner Umwelt einzugehen. Statt der Freud'schen sexuellen Lustsuche muss heute das neugierige Interesse an der Umwelt als grundlegende Motivation angenommen werden. Die spontanen Beziehungen zwischen Erwachsenen und Säuglingen sind auf Beziehungsaufnahme und diese auf Versorgung des Säuglings angelegt – und nicht nur auf die körperliche Versorgung des Säuglings, sondern auf dessen gesamte biopsychosoziale Entwicklung. Das scheint ein genetisch programmiertes Sozialverhalten zu sein, ein „kosmisches Gesetz“. Adler betonte die überragende Rolle der Mutter, die ihr Kind „auf das Leben vorbereiten“ soll. Aber wann wäre ein Kind „auf das Leben vorbereitet“? Und warum sollte eine gesellschaftlich diskriminierte Frau, geplagt von Minderwertigkeitsgefühlen und „männlichem Protest“, für diese Aufgabe prädestiniert sein? Der Ein-

fluss der Mutter wird heute relativiert und um die Einflüsse von Vater, Verwandten, Bekannten, Lehrern und vor allem der Peer-group ergänzt.

Adler sah Macht- und Geltungsstreben kompensatorisch aus Minderwertigkeitsgefühlen erwachsen. Das mag vorkommen, aber Machtstreben ist nicht die einzige Kompensations- und Reaktionsmöglichkeit: Anpassung an die Forderungen der Gemeinschaft versprechen ebenso Sicherheit, Schutz und Geborgenheit. Der Entmutigte muss also nicht immer zwangsläufig nach einer Sonderstellung und einer Überwältigung der Anderen streben; er kann auch versuchen, einfach in die Gemeinschaft einzutauchen.

Auch in weiteren wissenschaftlichen und sozialen Aspekten scheint Adler überholt. Der Lamarckismus wurde ebenso widerlegt wie ein Vollkommenheitsstreben in der Natur. Adlers moralische Entwertung des Neurotikers ist unangenehm und heute inakzeptabel. Die Rolle der Frau stellt sich heute gänzlich anders dar als vor 80 oder 100 Jahren. Ist die Vorstellung, die Frau sei minderwertig, heute noch eine gesellschaftlich verbreitete Haltung? Adler förderte die Gleichberechtigung der Frau, aber auf eine konventionelle, familienzentrierte Art. Die neuen sozialen Verwerfungen und Trends nach dem Ersten Weltkrieg waren kein Thema für ihn. Über die sozioökonomischen Tatsachen, an die sich seine Neurotiker anpassen sollten, verlor Adler kaum ein Wort.

Er öffnete die therapeutische Situation, indem er auf kühle Distanz verzichtete und eine wohlwollende und helfende Haltung einnahm. Wie Adler im Zweiergespräch therapierte, wurde nur selten beschrieben. Es scheinen freundschaftliche Gespräche in zwangloser Atmosphäre gewesen zu sein; man traf sich selten länger als ein paar Monate und das auch nur einmal die Woche. Adler legte entschiedenen Wert auf Gleichwertigkeit. Er intervenierte rasch und stark

im Sinne seines Primats der Gemeinschaft. Das alles hebt ihn stark ab von der klassischen Psychoanalyse und ist zugleich das, was heute wie selbstverständlich in den gesprächsorientierten Psychotherapierichtungen praktiziert wird.

Kritiker sahen Adlers sporadische und allzu knappe Fallinterpretationen eher im Bereich der heilsgewissen Religion als der wissenschaftlichen Psychologie. Sein Erziehungsoptimismus, der auch in der Zeit der wirtschaftlichen Depression keine Grenze kannte, wurde als unrealistisch bezeichnet. In seinen unzulässigen Verallgemeinerungen, apodiktischen Aussagen und wenig einleuchtenden Beispielen gleicht er Freud. Adlers Versuch einer Fundierung in der Philosophie blieb auf halbem Wege stecken, denn er konnte axiologisch nicht beweisen, warum Gemeinschaftsgefühl oder Vollkommenheit die höchsten Werte sein sollten. Den Wert eines Menschen an seiner Nützlichkeit für andere zu messen ist hochproblematisch, zum Beispiel für Kinder und Behinderte. Seine Hypothese von der Organminderwertigkeit kann als Beitrag zur Psychosomatik gelesen werden, wenn er nicht selbst wegen unklarer Zusammenhänge wieder weitgehend davon abgekommen wäre. Adler könnte als Vorreiter der Ich-Psychologie und als Verfechter eines selbstbewussten Individuums gelten, gäbe es nicht viele Aussagen von ihm, die eine Anpassung des Individuums an eine nicht weiter hinterfragte Gemeinschaft fordern. In der Einheits-Betrachtung des Individuums blieb Adler weitgehend isoliert. Das Individuum ist durchaus nicht „unteilbar“; schon allein die vielen unterschiedlichen Rollen, die es spielen muss, und die unaufhebbaren Dichotomien des modernen Lebens sprechen dagegen. Auch die Popularisierung der Individualpsychologie ist nicht unbedingt ein Pluspunkt, werden doch dadurch Zweifel genährt, ihr fehle es an wissenschaftlicher Tiefe. Adlers Hoffnung, die Individualpsychologie könne einst die

christlichen Religionen weltanschaulich ablösen, entpuppte sich als maßlose Selbstüberschätzung.

Adler war ein sokratischer Mensch, ein Weisheitslehrer und Menschenkenner, der tiefer sah als andere. Man sollte sich immer wieder daran erinnern, dass Adler vom Sozialismus herkam und dem Kollektiv mehr zutraute als dem neurotischen Individuum. Er war der Überzeugung, dass alles, was gut an Zivilisation und Kultur ist, ein Ergebnis gemeinschaftlicher Arbeit war. Der sozialistische Gemeinschaftsgedanke war eine Gegenbewegung gegen die bedrohlichen und umstürzlerischen Hauptentwicklungslinien der Moderne, dem Kapitalismus und der Individualisierung. Adlers Individualpsychologie entstand in einer Zeit der Kämpfe des Proletariats um Einflussnahme auf diese Prozesse. Eine gewisse Zeit lang versprach die Individualpsychologie eine Entlastung vom Vereinzelungsdruck, zugleich war sie eine Warnung, nicht die schützende Gemeinschaft (die schützende Familie) zu verlassen. Er legte nie eine kritische Theorie der Massen (LeBon, Freud), der Religion (Feuerbach, Freud), der Kultur (Freud), der Gemeinschaft (Plessner), der Familie (Fromm) und der modernen Gesellschaft (Fromm) vor und er hatte kein Sensorium für die reaktionären Bewegungen in Europa.

Das Verdienst Adlers und der Individualpsychologie besteht hauptsächlich in zweierlei: Adler schuf eine anthropologische Menschenkenntnis, die deutlich eingängiger ist als die Freuds. Der Appell an mehr Kooperation und Solidarität kann nie verkehrt sein.

Jeder kennt Beispiele von übersteigertem Egoismus, wenn größere Zusammenhänge aus dem Auge verloren werden. Und die Individualpsychologie setzte sich erfolgreich für eine demokratische Schulreform in Österreich und Wien ein, die vorbildhaft wurde für alle westlichen Staaten und heute Standard in Demokratien ist.

Individualpsychologische Konzepte wurde von einigen seiner Schüler (wie Fritz Künkel oder Viktor Frankl) und von der Neo-Psychoanalyse mehr oder weniger unmerklich assimiliert. Psychoanalytiker übernahmen eine größere Menge von Ideen, die denen der Individualpsychologie ähnlich sind. Ihre Therapie wird zwar noch psychoanalytisch genannt, weicht aber erheblich von den Vorgaben Freuds ab und entspricht weitgehend dem Setting der Individualpsychologie. Umgekehrt hat die Individualpsychologie ab den 60er Jahren wieder einige psychoanalytische Konzepte integriert, vor allem die Anschauung vom Unbewussten. Das Spannungsverhältnis von Individuum und Gesellschaft ist in der Moderne von so grundlegender Bedeutung, dass Dutzende von Autoren das Thema aufgriffen, beispielsweise die Kommunitaristen, jedoch gibt es keinen, der heutzutage der Gemeinschaft den Vorrang vor dem Individuum einräumt. Die Wirkung der Individualpsychologie auf die heutige Psychologie wird uneinheitlich gesehen: Jene, die Adler kennen, entdecken überall Spuren von ihm, für andere ist er nur ein Durchgangsstadium und allenfalls historisch interessant, und eine dritte Gruppe, die größte, kommt heute völlig ohne ihn aus.

## 9. Carl Gustav Jung

---

Carl Gustav Jung ist der dritte Gründervater und Vorkämpfer der Tiefenpsychologie, aber wie Adler von gänzlich anderem Zuschnitt als Freud. Jungs Analyse der Psyche ist kein Spross der Aufklärung, sondern hat seine Wurzeln in der Romantik, der Religiosität und Mystik. Jung lehnte das Erbe des aufklärerischen Rationalismus ab und verblieb in Okkultismus und einer überholten Naturphilosophie.

### Jungs Leben

Jung wurde 1875 in einem kleinen Dorf der deutschsprachigen Schweiz geboren und starb 1961 in Küsnacht am Zürichsee. Er war 19 Jahre jünger als Freud und fünf Jahre jünger als Adler, und er überlebte beide um mehr als zwei Jahrzehnte. Die beeindruckende Persönlichkeit Jungs erklärt sich mit aus der langen Tradition seiner Familie in Basel und einem Stolz, der sich auch aus der Selbstständigkeit und Unabhängigkeit der Schweizer Kantone speist. Jungs Großvater, ein außerordentlich erfolgreicher Mediziner und literarischer Freigeist, war eine legendäre Gestalt in Basel; mit seinen drei Frauen hatte er 13 Kinder. Ein Gerücht besagt, er sei ein illegitimer Sohn Goethes gewesen. Zweifellos bestand eine gewisse physische Ähnlichkeit zwischen beiden. Auch der Großvater mütterlicherseits war nicht weniger bemerkenswert. Er war Vorsitzender der Pastoren Basels, heiratete zweimal und hatte ebenfalls 13 Kinder. Die jeweils Letztgeborenen dieser Kinderschar wurden Carl Gustav Jungs Eltern. Sein Vater Paul war gebildet wie seine Großeltern, wurde aber nur ein bescheidener Landpastor, der gut predigen konnte und von seiner Gemeinde geachtet und geliebt wurde. Über seine Mutter ist wenig bekannt;

sie soll „gewöhnlich“ gewesen sein. Carl Gustav konnte sich Zeit seines Lebens seinen Eltern nicht liebevoll zuwenden. Der Gedanke, der kleine Junge wolle seinen Vater töten, um seine Mutter lieben zu können, erschien ihm absurd. Jung identifizierte sich mit seinen brillanten Großvätern.

Jung ging mit Bauernkindern zur Schule und fühlte sich immer „anders“ als diese. Er schwänzte die Schule, indem er Ohnmachten vortäuschte. Als er erlauschte, dass sich sein Vater Sorgen über seine Zukunft machte, riss er sich zusammen und wurde ein guter Schüler. Später formulierte Jung, der Patient müsse zur Realität zurückgeführt werden. In dem Jahr, als er sein Medizinstudium in Basel aufnahm, starb sein Vater. Jung wurde das Oberhaupt der kleinen Familie mit der Mutter und zwei Schwestern. Die Fantasietätigkeit Jungs war schon früh außerordentlich entwickelt. Er interessierte sich brennend für Okkultismus, Parapsychologie, Geisterbeschwörung und seltsame Zufälle. Nach dem Medizinstudium arbeitete er in der berühmten psychiatrischen Klinik Burghölzli bei Zürich, die von Eugen Bleuler geführt wurde, einem Mann von äußerster Pflichterfüllung und Hingabe an den Arztberuf und an die Patienten. Dort stieg er zum Stellvertreter Bleulers auf. 1906 befasste er sich mit einigen Schriften Freuds, und Jung wandte sich so vehement und ausschließlich der Psychoanalyse zu, wie er sich früher Schopenhauer und dem Spiritismus zugewandt hatte. 1907 besuchte er Freud zum ersten Mal in Wien. Bleuler unterstützte Jung und führte tiefenpsychologische Methoden in Burghölzli ein. Jung heiratete eine reiche Kaufmannstochter und ließ sich ein Haus in Küsnacht bauen. Nach Meinungsverschiedenheiten mit Bleuler verdiente Jung Geld mit Privatpatienten.

Zwischen 1909 und 1913 spielte er eine herausragende Rolle innerhalb der psychoanalytischen Bewegung. Nach dem Ausscheiden Adlers 1911 wurde Jung Freuds Kronprinz, auch weil Jung kein Jude war und deswegen weniger angreifbar schien.

Die Beziehung Freud-Jung ist kompliziert und würdig einer tiefenpsychologischen Aufarbeitung. Freud suchte nach einem repräsentativen Nachfolger, Jung nach einer robusten Vaterfigur. Beide waren eine Zeit lang voneinander begeistert. Wichtige Kernstücke der Psychoanalyse konnte Jung jedoch niemals akzeptieren. Freud warf Jung Opportunismus vor, Jung warf Freud Dogmatismus vor. Die Zürcher Psychoanalytiker-Gruppe war der strengen Herrschaft Freuds nicht so unterworfen wie die Wiener und konnte sich unabhängiger entwickeln. Die ersten Streitgespräche mit Freud erfolgten anlässlich Jungs Buch *Wandlungen und Symbole der Libido* 1911. Mitte 1913 kam es zur riesengroßen Enttäuschung beider zum Bruch. Jung kappte die Beziehung auch zur Universität Zürich und widmete sich intensiv seinen Träumen und Assoziationen, was ihm wie einen gefährlichen Abstieg in den Hades vorkam, wo er jene „Archetypen“ fand, die er schon an den Psychotikern und Schizophrenen im Burghölzli entdeckt zu haben meinte. Eines Tages sagte ihm eine weibliche Stimme, sein Tun sei „Kunst“. Von da an akzeptierte Jung die Vorstellung, dass es ihn ihm (und in jedem Menschen) eine Subpersönlichkeit namens Anima gebe. Jung hatte den Eindruck, dass er den innersten Gedanken seiner Person Worte gegeben hatte. Diesen Vorgang nannte er Individuation (siehe dazu mehr im Kapitel „Individuation“).

Jungs schöpferische Krankheit, eine Selbsttherapie ähnlich wie bei Freud, dauerte bis 1919. Er ging gestärkt daraus hervor und wurde Begründer und Leiter einer eigenen Schule. Zugleich hatte er einen nochmals verstärkten Hang zum Mystizismus, intuitiven Ideen, übersinnlichen Erlebnissen und bedeutungsvollen Träumen. Wie üblich in

der frühen Tiefenpsychologie, sprach Jung seinen persönlichen Erlebnissen allgemeingültigen Charakter zu. Wie Freud und Adler trug er im Ton absoluter Überzeugung vor. Anders als bei Freud und Adler wurde seine Frau Emma Rauschenbach eine treue Mitarbeiterin, die intelligent und interessiert genug war, seine Ausführungen zu verstehen und mitzutragen. Im persönlichen Umgang soll Jung unleidlich gewesen sein. Der hünenhafte, ausdauernde und bärenstarke Jung sei spöttelnd-verletzend gewesen. Er habe ausschließlich um sich selbst gekreist, so dass er – wie eine Anekdote zu berichten weiß – seine Frau nach dem Namen seiner Kinder fragen musste, wenn er sie ansprechen wollte. Von seiner Individuation hatte die Familie offensichtlich wenig. Seine kluge und tüchtige Frau schirmte ihn von allen alltäglichen Anforderungen ab. Die zugereisten Bewunderer hingen mit Andacht an seinen Lippen. Viele Patientinnen himmelten Jung an, wegen seiner bärenhaften Erscheinung, seiner Sensibilität und seines Einfühlungsvermögens gegenüber Frauen. Er sah unter die Oberfläche, und das zog viele an.

Zwei Begegnungen werfen ein bedenkliches Licht auf Jungs Charakter. 1904 wurde die 19-jährige Russin Sabina Spielrein wegen schwerer hysterischer Symptome ins Burghölzli eingewiesen, wo sie vom Oberarzt Jung behandelt wurde. Sie begann ein Medizinstudium in Zürich und wurde wenig später sowohl Analysandin von Jung als auch seine Geliebte. Jung ahnte selbst, dass die Verbindung problematisch war, und wandte sich 1906 schriftlich an Sigmund Freud mit der Bitte um Rat. Die Geschichte ist dramatisch, weil Freud Jung Komplizenhaft deckte und Spielrein beschwor, es nicht zum Skandal kommen zu lassen. Die Analyse Spielreins endete 1909 abrupt. Sie wurde eine tüchtige Ärztin und prominentes Mitglied der russischen psychoanalytischen Vereinigung. Deutsche Truppen erschossen sie und Tausende von Juden in der Synagoge von Rostow am Don. Die „Affäre Spielrein“ wurde erst 1974 mit der Veröffentlichung des

Briefwechsels Freud-Jung bekannt, und 1982 wurde ein Karton mit Unterlagen in einer früheren Wohnung der Spielreins gefunden. Die Affäre wurde 2011 unter dem Titel *Eine dunkle Begierde* verfilmt. Der englische Originaltitel *A Dangerous Method* ist entlehnt dem gleichnamigen Buch von John Kerr (New York 1993; deutsch 1994).

Antonia „Toni“ Wolff war ab 1913 eine Patientin, später eine Schülerin und dann ein Jahrzehnt lang die Geliebte Jungs. Er bezeichnete die 13 Jahre jüngere Toni als seine zweite Frau und Anima und zwang Emma, diese Liaison zu dulden. Wolff und Jung arbeiteten eng zusammen, Wolff besuchte dazu das Haus der Jungs und speiste mit ihnen zu Mittag. Toni Wolff veröffentlichte wenig; ihr bekanntester Essay handelte von vier weiblichen Archetypen: die Amazone, die Mutter, die Hetäre (Konkubine) und das Medium. Ihre Beziehung kühlte ab, als sich Jung verstärkt der Alchimie zuwandte, wovon Wolff fürchtete, dass dies seine psychologische Bewegung diskreditieren könnte. Beide blieben bis zum frühen Tod Wolffs 1953 miteinander befreundet.

Die Jahrzehnte nach 1919 waren ausgefüllt mit seiner Arbeit als Psychotherapeut reicher Amerikaner und Engländer, seinen Vortrags- und Forschungsreisen und seiner Buchproduktion. Er reiste nach Tunesien, Algerien und in die Sahara, um die Mentalität außereuropäischer Kulturen kennenzulernen. 1921 erschien eines seiner bekanntesten Werke, *Psychologische Typen*, ein Überblick über seine Theorie der Introversion, Extraversion und des Unbewussten. Jung studierte die chinesische Orakelmethode I Ging, arbeitete mit „Medien“, er besuchte Pueblo-Indianer in Neu-Mexiko, ein Jahr später lebte er einige Monate bei einem afrikanischen Stamm in Kenia. Er kaufte am Seeufer bei Bollingen ein Grundstück, auf dem er später eigenhändig einen einfachen Wohnturm baute, den er am Wochenende aufsuchte, um allein zu sein.

In den 1930er Jahren nahm sein Ruhm zu. Er wurde Ehrenpräsident der deutschen, hochangesehenen Allgemeinen Ärztlichen Gesellschaft für Psychotherapie, er erhielt den Literaturpreis der Stadt Zürich, 1935 wurde er Psychologieprofessor am Polytechnikum in Zürich. Er reiste auf Einladung durch Indien und Ceylon, und er wurde trotz seines abergläubischen Wunderglaubens Ehrenmitglied der Royal Society of Medicine in London.

Über seine politische Haltung und Weltanschauung gehen die Meinungen auseinander. Ernest Jones berichtet in seiner großen Freud-Biografie, dass Jung schon in der Zeit der Zusammenarbeit mit Freud rassistische Vorurteile zum Ausdruck brachte und als Präsident der Internationalen Psychoanalytischen Gesellschaft einen autoritären Führungsstil praktizierte. Jung polemisierte gegen die Aufklärung, gegen den Positivismus, gegen die moderne Wissenschaft und gegen das „Massen-Zeitalter“, dem er einen elitären Individualismus entgensetzte. In seiner Abhandlung *Die Frau in Europa* (1927) gab sich Jung als Vertreter des Patriarchats mit einer klaren, konservativen Aufgabenverteilung zwischen Mann und Frau erkennen.

Ellenberger hingegen betont, dass sich Jung um die politische Lage in Europa sorgte, was er in Interviews und in Versuchen ausdrückte, die Psyche von Diktatoren zu analysieren. Jung war derart versponnen in seine mystischen Welten, dass er im Nationalsozialismus das Wiederauftauchen des Wotan-Archetypus erkannte, des altgermanischen Gottes des Sturmes und der Schlacht (*Wotan*, 1936). Nach dem Krieg wurde er angegriffen mit dem Vorwurf, er habe eine Pro-Nazi-Haltung gehabt. Tatsächlich gibt es einige Passagen in seinem Werk (im *Zentralblatt für Psychotherapie*, 1933), in denen er von einem jüdischen und einem arischen Unbewussten schreibt. Hitler sei die Inkarnation der Volksseele und ihr Sprachrohr. Das mag sogar stimmen, aber Jung meint es

bewundernd und bejahend. Er warf Freud vor, die germanische Kraft des arischen Nationalsozialismus nicht begriffen zu haben. Seine Verteidiger sagen, Jung habe ausdrücken wollen, dass verschiedene Völker verschiedene Psychologien benötigten: Zen in Japan, Yoga in Indien, Psychoanalyse für die entwurzelten Juden, Jungs Methode für die heimattreuen Schweizer. Die Mitte der 30er Jahre geschriebenen Sätze klangen Mitte der 40er Jahre missverständlich, aber Ellenberger betont, Jung habe nach dem Krieg aufrichtig seine Erschütterung über Nazi-Deutschland ausgedrückt.

Jung erhielt nach 1945 Unterstützung von Freunden aus aller Welt. Es wurden eine Zeitschrift und ein Ausbildungsinstitut am Zürichsee gegründet und er wurde Ehrenbürger der Gemeinde Küsnacht, eine sehr seltene Ehrung, die ihm viel bedeutete. Vieles von dem, was Jung dachte und erlebte, behielt er für sich, beispielsweise seine okkultistischen Neigungen, aber im Alter von 85 Jahren begann er seine Autobiographie zu schreiben bzw. zu diktieren (*Erinnerungen, Träume, Gedanken*, 1962). Darin gibt er sich ganz seinem Wunderglauben hin. Er glaubte, dass Träume Todesfälle voraussagen und dass Verstorbene mit den Lebenden in Verbindung treten können.

1961 starb Jung in seinem Haus in Küsnacht. In der Trauerrede sagte der Pastor, Jung sei ein Prophet, der gegen den überbordenden Rationalismus aufgestanden sei und dem Menschen wieder Mut gegeben habe, eine Seele zu haben.

Die Urteile über Jungs Persönlichkeit gehen auseinander. Hervorgehoben werden seine brillante Arztstätigkeit, seine enorme Arbeitsfähigkeit, sein ungeheures Wissen, sein Forschermut, seine Lebendigkeit, seine körperliche und moralische Kraft, aber auch seine Arroganz, Überempfindlichkeit und Besessenheit. In einer exzessiven Selbstbespiegelung, die Jung seinen Patienten und Bewunderern vorlebte, liegt die Gefahr eines Realitätsverlustes. Mit Archetypeninterpretatio-

nen findet niemand den Weg zu überindividuellen Werten und einer humaneren Gesellschaft. Jung selbst ist das Beispiel dafür. Er blieb grobschlächtig. Seine langwierige Selbstanalyse befähigte ihn nicht, die Gefühlsseite seiner Persönlichkeit zu entfalten. Mangel an Gefühlswärme und Zuneigung wurde von vielen, einschließlich seiner Familie, schmerzlich konstatiert. Im Gespräch war er leicht und faszinierend, während sein Schreibstil etwas schwerfällig blieb. Bewundernswert war seine Fähigkeit, mit Menschen aus allen Schichten und Kulturen ins Gespräch zu kommen. Er fühlte sich im Austausch mit einfachen Bauern genauso unbeeindruckt wie im Gespräch mit hochgestellten Persönlichkeiten. Wer Therapeut werden will, sagte er, sollte sich in allen Schichten und in allen Winkeln der Gesellschaft umtun. Bei Jung fällt das Gegeneinander von unerschrockener Weltzugewandtheit und ebensolcher Selbstversenkung auf. Gegen Ende seines Lebens wurde er zum „alten Weisen von Küsnacht“.

### Jungs Werk

Jung war als Student Mitglied einer studentischen Verbindung namens Zofingia, deren wöchentliche Versammlungen er regelmäßig besuchte, dort aber drei Jahre lang nicht mitredete, bis er einen Vortrag hielt, der sehr gut aufgenommen wurde. Es handelte sich um einen scharfen Angriff auf die positivistische Wissenschaft, die sich weigere, Phänomene des Hypnotismus und des Spiritismus zu untersuchen. Jung behauptete, es könne auch auf metaphysischem Gebiet exakt Forschung betrieben werden. In weiteren Vorträgen verteidigte er Metaphysik und Mystik als reale Manifestationen seelischer Tätigkeit. Zugleich kritisierte er landläufige Vorstellungen vom „guten Gott“ und andere konventionelle religiöse Vorstellungen. Jung war kein Atheist, aber er griff konventionelle Formen der Religiosität an; unter anderem bezweifelte er, man könne „Gott erleben“. Er jedenfalls habe nie ein solches Erlebnis ge-

habt, betonte aber im Alter unbefangen, er wisse, dass es ihn gibt. Wovon er aber überzeugt war, war die Existenz einer Seele, deren Beschaffenheit er durch Untersuchungen des Somnambulismus, der Hypnose und des Spiritismus näher kommen wollte.

Seine Doktorarbeit *Zur Psychologie und Pathologie sogenannter okkultur Phänomene* (1902) behandelt die Erlebnisse mit einem Medium, einer jungen Frau namens Helene Preiswerk. Das junge Mädchen hatte mit Tischrücken experimentiert, und es begann sich bei ihr ein Somnambulismus zu zeigen. Helene verkörperte oder persiflierte eine Reihe verstorbener Familienangehöriger und legte ein bemerkenswertes Schauspielertalent an den Tag. Sie sprachen in den Sitzungen hochdeutsch statt ihr übliches Baseldeutsch. Sie versicherte immer wieder, es seien wirklich die Geister der Toten, die durch ihren Mund sprächen. Das Mädchen erging sich in immer mehr Details über seine früheren Existenzen, sie wob ein ungeheures Geflecht von fantasierten Genealogien. Dann wechselte sie zu Offenbarungen in Form von „sieben Kreisen“ der mystischen Welt. Ihre Karriere als Medium nahm ein abruptes Ende, als sie dabei erwischt wurde, wie sie einen Gegenstand selbst mitbrachte, von dem sie behauptete, er sei von Geistern zu den Sitzungen mitgebracht worden.

Jung näherte sich diesen Phänomenen durchaus als ein um Erkenntnis bemühter Wissenschaftler. Das Mädchen zeigte Somnambulismus, automatisches Schreiben und Halluzinationen. Jung faszinierte die Tatsache, dass das Mädchen im Trancezustand Leistungen entwickelte, die weit über das hinausginge, was es im Wachzustand leisten konnte. Ein zweiter Gegenstand seines Interesses war der schnelle und vollständige Wechsel zwischen zwei Charaktertypen; einmal ernsthaft, ausgeglichen und nachdenklich, und dann unstet und unausgeglichen. Die Geschichten über ihre früheren Leben waren voller offener und heimlicher

Liebesaffären und illegitimer Geburten. Das reale Leben des Mädchens blieb offensichtlich hinter ihren verborgenen Fähigkeiten zurück. Das sexuelle Thema spielte bei diesem Medium durchaus eine Rolle. Es ist nicht auszuschließen, dass sie ihre medialen Offenbarungen vervielfacht hatte, um Jung zu gefallen, in den sie möglicherweise verliebt war. Nach dieser Dissertation und vor seinem Eintritt 1900 ins Burghölzli war Jung klar, dass er diese seltsamen Manifestationen der Seele wissenschaftlich erforschen wolle.

## Burghölzli

Jung verbrachte neun Jahre am Burghölzli. Eine seiner Arbeiten bestand in der Ausarbeitung und der Anwendung des Wort-Assoziations-Tests. Man sprach einem Probanden eine Reihe sorgfältig ausgesuchter Wörter vor, auf die dieser mit dem ersten Wort reagieren sollte, das ihm einfiel. Jung veröffentlichte eine vollständige Darstellung der Geschichte dieses Tests, von dem man damals annahm, er würde zur Erforschung der verborgenen Winkel des menschlichen Geistes beitragen. Der Test wurde von vielen hervorragenden Medizinern angewandt und verfeinert. Unter anderem fand man heraus, dass die Reaktionszeit des Patienten länger war, wenn das Reizwort mit etwas zu tun hatte, das für ihn unangenehm war. Die assoziierten Wörter wurden zu so genannten Komplexen zusammengefasst, die zeigten, was die Menschen jeweils besonders beschäftigte. Jung fand heraus, dass die Komplexe mit unerfüllten Wünschen zu tun haben. Träume vom Glück, Klagen über das Erleiden von Ungerechtigkeiten und sexuelle Themen standen als Ausgleich für ein Leben der harten Arbeit und der Entbehrung. Man konnte den betreffenden Menschen heilen, wenn man ihn dazu bringen konnte, seinen Komplex zu besiegen und zu assimilieren. Diese Methode hatte aber Grenzen und versagte bei manifesten Wahnvorstellungen



(*Über die Psychologie der dementia praecox*, 1907). Später wandte Jung diesen Test nie wieder an, weil er sich sicher war, dass von der experimentellen Psychologie kein Aufschluss über die menschliche Seele zu erwarten sei.

## Jung und Freud

Jung beschäftigte sich seit etwa 1900 mit der Theorie Freuds, unter anderem mit der *Traumdeutung*, wobei er die Psychoanalyse verteidigte und zugleich eine Kritik an ihr leidenschaftslos äußerte. Jung erklärte, Mädchen und Jungen übernehmen von ihren Familien unbewusst Einstellungen, die ihr Leben später lenken (Adler nannte sie Leitlinien). Zur Erklärung der oftmals wie unvermeidlich erscheinenden Schicksale bedürfe es nicht der Theorie vom Ödipuskomplex. Als Freud die Fallgeschichte des kleinen Hans veröffentlichte, reagierte Jung mit einer Abhandlung zum Thema *Über Konflikte der kindlichen Seele* (1910). Darin berichtete Jung über die Sorgen eines vierjährigen Mädchens, nachdem sie einen kleinen Bruder bekommen hatte. Das Mädchen wurde geheilt, als sie kindgemäß über Zeugung und Geburt aufgeklärt worden war. Der Ödipuskomplex war für Jung das Ergebnis einer neurotischen Bindung eines Erwachsenen an sein Kind.

Eine weitere Schrift Jungs beschäftigte sich mit einem kleinen Skandal an einer Zürcher Schule. Junge Schülerinnen hatten den Traum einer Mitschülerin weitererzählt, der wollüstige Inhalte aufwies. Das Mädchen war von der Schule verwiesen worden. Jung, der mit der Aufklärung des Falles betraut wurde, ließ sich von allen beteiligten Mädchen ihre Versionen erzählen und stellte fest, dass der Ursprungstraum harmlos war und von den Mitschülerinnen sexuell aufgeladen wurde. Das Mädchen wurde wieder zum Unterricht zugelassen.

Ein Hauptwerk Jungs wurde *Wandlungen und Symbole der Libido*, veröffentlicht 1911

und 1912 im Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschung (später in Buchform). 1906 hatte der französische Arzt Théodore Flournoy einige Tagträume und Fantasien einer jungen amerikanischen Studentin namens „Miss Frank Miller“ veröffentlicht. Jung deutete auf mehr als 400 Seiten mythologisch den 15-seitigen Bericht, lernte die Frau aber selbst nie kennen. Er hatte offensichtlich kein Problem damit, ihr die Ferndiagnose Schizophrenie zu stellen und ihr die längste Fallgeschichte in seinem Werk zu widmen. Tatsächlich war die junge Frau nur wenige Tage in einer Nervenheilstalt und ihre Reflexionen sind eher künstlerisch.

Das Buch ist schwer zu lesen. Der Leser wird begraben unter unübersetzten lateinischen, griechischen, englischen und französischen Zitaten, unter gelehrten Hinweisen auf die Bibel, die Upanischaden und andere heilige Bücher, auf das Gilgamesch-Epos und die Odyssee, auf Goethe und Nietzsche, auf Archäologen, Linguisten und Religionshistoriker, auf diverse Mythologie-Forscher, ganz zu schweigen von den Psychologen, Psychiatern und Psychoanalytikerin, die Jungs Zeitgenossen waren. Von Zeit zu Zeit kehrt er zu Miss Millers Bericht zurück. Wollte sich Jung von einer Überfülle von Material befreien, das er im Laufe der Jahre angesammelt hatte?

Das schwierige Werk erregte dennoch großes Interesse. Jung wies darin die Freud'sche Vorstellung zurück, Psychose wäre der Rückzug der Libido (verstanden als sexuelles Bedürfnis) aus der Außenwelt in die Innenwelt. Die Libido sei mehr, nämlich allgemeine seelische Energie, die sich in universellen Symbolen ausdrückt. Dies ist der Anfang dessen, was Jungs Konzept vom kollektiven Unbewussten und von den Archetypen wurde. Jung schrieb, Libido sei ein abstrakter Begriff, es gebe keine kindliche Sexualität im wörtlichen Sinne; während der so genannten Latenzperiode (Freud) geschehe tatsächlich viel, unter anderem baue sich der Sexual-

trieb auf, der dann im dritten Stadium der Pubertät zur Geschlechtsreife gelangt. Damit ergab sich ein ganz neuer Blick auf Perversionen und Psychosen. Auch lägen, so Jung, die Wurzeln der Neurose nicht in der frühesten Kindheit, sondern meist in aktuellen Situationen. Folge man Freuds Theorie, so Jung, so wäre das, als wollte man die politischen Schwierigkeiten im 19. Jahrhundert in Deutschland auf die Eroberungen der alten Römer zurückführen. Die Mutter sah Jung als schützende und nährnde Gestalt, nicht als Objekt inzestuöser Wünsche. Bei einer Neurose stelle sich die Frage, welchen Schwierigkeiten des aktuellen Lebens suche der Patient auszuweichen? Das erinnert an Adlers Haltung: Seelisches ist nicht nur durch Ursachen determiniert, sondern auch durch Ziele, Zwecke und Hoffnungen auf die Zukunft.

### Psychologische Typen

1921 legte er in seinen *Psychologischen Typen* ein neues System vor. Er hatte 1913 mit Freud gebrochen, aber es war eigentlich von vornherein klar, dass die Zusammenarbeit nicht von langer Dauer sein würde, da ihre Vorstellungen von Psychologie gänzlich verschieden waren. Freuds mangelnde Menschenkenntnis in diesem Fall ist bemerkenswert. In der auf die Trennung folgenden seelischen Krise beschäftigte sich Jung mit seinen aufsteigenden Fantasien, deren Inhalte er mithilfe der vergleichenden Mythologie deutete: die Anima, das Selbst und der Prozess der Individuation. All das erlebte er persönlich. Zunächst einmal stellte er fest, dass es viele Wege ins Unbewusste gibt, nicht nur den Traum und seine Deutung. Man kann das Unbewusste verdrängen, man kann es wegrationalisieren, man kann auch vom Unbewussten überschwemmt werden, man kann versuchen, sich in mystischer Weise mit der Kollektivseele zu identifizieren. Man kann sich aber auch die Inhalte des Unbewussten aneignen. Der Kampf mit dem Unbewussten ist wie der Kampf des Helden

gegen ein Ungeheuer, es winkt ein Schatz, eine unbesiegbare Waffe oder ein magischer Talisman. Jung erlebte in der Zeit seiner Krise den Zustand der Introversion, in welchem er sich von der Außenwelt zurückzog, während innere Visionen und Fantasien nach vorne drängten. Einige Jahre später erlebte er die allmähliche Rückkehr zur Extraversion und dem Bedürfnis nach Aktivität und Genuss.

Das ist der Hauptinhalt des letzten Drittels der *Psychologischen Typen* von 1921. Zwei Drittel des Bandes von 700 Seiten Umfang sind theologische, philosophische und ethnologische Überlegungen. Extraversion und Introversion sind Modi der Weltwahrnehmung, also Einstellungstypen, die mehr oder weniger von Geburt mitgegeben sind. Mit ihnen erklärte Jung, warum Philosophen, Theologen, Psychologen, Dichter und Wissenschaftler oftmals gegeneinander standen. Der eine Typus hat Mühe, den anderen zu verstehen. Mit seiner erstaunlichen Belesenheit konnte Jung in der ganzen europäischen Geistesgeschichte viele Beispiele der beiden Typen aufweisen. Das begann bei Plato und Aristoteles und hörte bei Schiller und Goethe noch nicht auf.

Dieser Dichotomie fügte Jung vier Grundfunktionen der bewussten Psyche hinzu. Sie umfassen die beiden rationalen Funktionen des Denkens und Fühlens und die beiden irrationalen Funktionen des Empfindens und Intuierens. (Irrational bedeutet nicht antirational, sondern außerhalb der Rationalität stehend.) Jeder Mensch habe alle vier Funktionen in sich, aber in unterschiedlicher Gewichtung. Die beiden Hauptbegriffe und die vier Funktionen machten es Jung möglich, ein System von acht psychologischen Typen aufzustellen, die er an Beispielen exemplifizierte. Das Schema wird auf diese Weise so reichhaltig, dass es unzählige Auslegungen zulässt. Wer sich mit irgendeiner Funktion im Leben zu orientieren versucht, vernachlässigt die entgegengesetzte Funktion. So könne der Therapeut dem Patienten nahelegen, welche

Bereiche – Denken, Fühlen, Empfinden oder Intuieren – eventuell auszubauen wären. Jung schwebte offenbar ein gesundes Menschenwesen vor, das alle Einstellungen und Funktionen möglichst gut ausgebildet hat. Später, in *Praxis der Psychotherapie* (1958), betonte er allerdings auch, dass ein Therapeut nie das Wesen eines Menschen wirklich oder vollumfänglich erkennen könne. Der Therapeut sollte auf Besserwisserei und alles Einwirkenwollen verzichten. Hermann Hesse hat in seinem Roman *Narziß und Goldmund* den Gegensatz von extravertierter und introvertierter Lebensform beschrieben; der Mönch Narziß ist der Introvertierte, der Künstler Goldmund der Welterfahrene.

Introversion und Extraversion sind interessante Lebensformen, aber Jungs Interpretationen anhand konkreter Beispiele sind kaum stichhaltig. Seines Erachtens war beispielsweise Freud der Extravertierte und Adler der Introvertierte. Der Extravertierte wird von der Welt der Objekte angezogen, deswegen gehe es in der Psychoanalyse um die Objektbindungen. In der Individualpsychologie wiederum drehe sich alles um die Selbstbehauptung des Ichs, was Jung vereinfachend als „Psychologie des Machttriebs“ fasste. Das in sich versponnene Ich der Individualpsychologie sehe alle Beziehungen unter dem Aspekt von oben und unten, Macht und Ohnmacht.

Die allgemeinen Urteile über Psychoanalyse und Individualpsychologie lauten bekanntlich entgegengesetzt: die Psychoanalyse lasse den Patienten um sich kreisen, während die Individualpsychologie den Neurotiker zu seinen zwischenmenschlichen Beziehungen zurückführe. Jung sah aber richtig, dass jede Psychologie ein Spiegelbild ihres Urhebers, seiner Größe und seiner Grenzen ist. Dabei übersah er, dass das auch für ihn selbst gilt.

### **Analytische Psychologie**

Jungs System hat nur einige wenige Komponenten. Die erste war die der psychischen

Energie (Libido), wobei das Unbewusste Energie frisst. Bei Bewusstwerdung des Unbewussten werde psychische Energie frei. Der nächste Schritt war der Begriff der Imago. Freud hatte die Bedeutung der Beziehungen von Kindern zu ihren Eltern betont. Unter Imago beziehungsweise Eltern-Imago verstand er das Bild der Eltern im Kinde, wie das Kind die Eltern subjektiv sieht. Jung verstand unter Imago etwas anderes. Er postulierte, jedermann habe schon immer ein Bild von der Frau und jede Frau schon immer ein Bild vom Mann in sich, was unbewusst die Wahl des Liebesobjekts steuert. Das führte Jung zu den universellen Urbildern, den Archetypen, die ihren Sitz im Unbewussten haben. Als zufälligerweise einmal ein Wahnkranker das Bild von der Sonne mit einem Penis erwähnte und Jung zur gleichen Zeit das Buch eines Religionshistorikers in die Hände fiel, in welchem von der Sonne mit einem Rohr die Rede war, schloss er daraus, dass es universelle Symbole gibt, die sowohl in religiösen Mythen als auch in den Wahnvorstellungen von Psychotikern vorkommen können. Jung legte Wert auf die Feststellung, dass Archetypen nicht die Frucht individueller Erfahrung sind. Die angebliche Universalität von Archetypen haben Jungianer entweder als Folge der Struktur des menschlichen Gehirns gedeutet oder als den Ausdruck einer Art platonischen Weltseele.

Die psychische Struktur Jungs ähnelt stark einer Zwiebel. Nach außen präsentiere das Individuum eine soziale Maske, die Persona. Die Persona ist die Gesamtsumme der konventionellen Haltungen in Beruf, sozialer Schicht, Kaste, politischer Partei oder Volk. Manche Menschen identifizierten sich so stark mit diesen Konventionen, dass sie den Kontakt zu ihrer wahren Persönlichkeit verlieren. Die Persona ist wie eine gesunde Epidermis, sie ist Schutz gegen die Außenwelt, zugleich aber auch durchlässig, um in Austausch mit der Umwelt zu treten. Die dunklen Seiten der Persona manifestieren sich in rassistischen, sozialen und nationalen Vorurteilen oder in einer Überbetonung von

Rang, Status und Einkommen, die die eigentlichen Bedürfnisse des wahren Selbst vernachlässigen.

Der Schatten ist bei Jung die Summe jener unangenehmen persönlichen Eigenschaften, die der Mensch vor den anderen und vor sich selbst verbergen möchte. Das erinnert an das Verdrängte in der Psychoanalyse. Je mehr das Individuum seinen Schatten verdrängt, desto aktiver kann dieser werden. Das Ich lässt sich bedeutend ausweiten und kräftigen durch eine ehrliche Auseinandersetzung mit eigenen Unzulänglichkeiten. Der Schatten lässt sich auch projizieren; dann sieht das Individuum seine eigenen dunklen Züge in einer anderen Person, die es vielleicht als Sündenbock gewählt hat. Der Schatten hat etwas vom „Unverstandenen“ bei Adler. Es sind jene seltsamen Gedanken, Gefühle oder Handlungen, die scheinbar nicht zu einem selbst gehören.

Die Archetypen gehören zur innerseelischen Realität, das sind gegengeschlechtlichen Anteile in der Form von Anima und Animus. Diese sind ideale Bilder von Mann und Frau, wie man sie in der Dichtung findet. Sie erklären die Anziehungskraft des anderen oder gleichen Geschlechts. Was Jung letztlich mit Anima und Animus meinte, bleibt nebelhaft. Vielleicht wollte er auf die weiblich-männliche Ergänzungsbedürftigkeit hinweisen. So wie Freud den Ödipuskomplex aus der Sicht eines Jungen beschrieb, so kümmerte sich Jung hauptsächlich um die Anima im Manne. Der Animus einer Frau wurde nie ausführlich beschrieben. Es wäre nebenbei gesagt interessant zu wissen, wie sich die Tiefenpsychologie in ihrer Anfangszeit entwickelt hätte, wäre einer ihrer Hauptakteure eine Frau gewesen.

Jung machte Freud den Vorwurf, jener habe nur das individuelle Unbewusste berücksichtigt. Tatsächlich, so Jung, sei das nur ein winziger Teil eines riesigen Ozeans kollektiver unbewusster Inhalte, zu denen nicht nur

Anima und Animus, sondern auch die Archetypen des Geistes gehören, beispielsweise Der alte Weise oder Die große Mutter. Diese oftmals religiösen Figuren würden einen bestimmenden Einfluss auf unser Seelenleben ausüben. (Der Leser fragt sich, ob die Inhalte der Archetypen sich im Laufe der Zeitgeschichte wandeln und sich anpassen, ob beispielsweise heute „der Börsenspekulant“ oder „der Globetrotter“ Archetypen werden könnten?)

Der zentralste Archetypus ist das Selbst, ein innerster Kern, weshalb Jung formulierte, der Mensch solle vom Ich zum Selbst kommen. Wo das Ich im Zwiebelmodell zu verankern wäre, ist nicht leicht auszumachen. Man könnte auch folgendes Bild benutzen: Im Zentrum steht das Ich. Es wird umkreist von einer Reihe von Unterpersönlichkeiten, dazu gehören die Persona, der Schatten, die Anima oder der Animus, den Archetypen des Geistes und das Selbst. Das Ich ist die steuernde Instanz für die Außenwelt; das Selbst ist die steuernde Instanz der inneren Wahrnehmung. Das Selbst ist die eigentliche Handlungsmacht, das Ich eher das ausführende Organ.

Individuation ist mit der zentrale Begriff des Jung'schen psychologischen Systems und der Jung'schen Therapie. Den Prozess, der zur Einheit der Person und zum Selbst führt, nennt Jung Individuation. Es ist ein langwieriger, arbeitsreicher Prozess. Mit der Individuation verwarf Jung auch die Abfolge sexueller Reifungsstufen, wie Freud sie formulierte. Jung fand viele Belege für seine Theorie vom Individuationsprozess, zum Beispiel in den Initiationsriten in Ostafrika.

Jung behauptete, im Alter zwischen 32 und 38 Jahren müsse eine tiefe Wandlung in jedem Menschen eintreten. Probleme, Pflichten oder Bedürfnisse, die in der ersten Lebenshälfte vernachlässigt worden sind, kämen nun zum Vorschein. Die zweite Lebenshälfte solle der Suche nach dem Selbst

gewidmet sein. Es ist ein Prozess der Reifung, des Gleichmuts, der Überwindung der Angst vor dem Tod und der starken Bindung zu anderen Menschen, letztlich der Weisheit. Stockt dieser Prozess, könne Psychotherapie dem Patienten helfen, die Hindernisse zu beseitigen.

Erstaunlicherweise hielt Jung das Festhalten am Unbewussten für eine Sünde, und er hob den ethischen Wert einer größtmöglichen Bewusstheit hervor. Ähnlich wie Adler betonte er den Wert praktischer Arbeit und der Teilhabe am sozialen Leben für die Gesundheit. Viele würden vor Aufgaben flüchten: das Kind, das die Schule schwänze, der ewige Student, der Mann, der seine Bürgerpflichten nicht erfülle, der ältere Mensch, der wie ein Jugendlicher leben wolle. Die Funktion der Ehe sei, die Individuation beider Ehepartner zu fördern. Ein enormer Faktor emotionaler Stabilität sei die soziale Integration des Individuums.

### Religionspsychologie

Durch sein gesamtes Werk ziehen sich religiöse Problemstellungen wie ein roter Faden. Schon die Doktorarbeit enthüllte Jungs Schlagseite zum Aberglauben und zur übersinnlichen Erfahrung. Jung nahm Geister, Mächte, Dämonen, Götter und Archetypen als „wahr“ an, weil sie von so vielen Menschen ähnlich wahrgenommen werden, wovon er sich in mehreren Auslandsreisen überzeugen konnte. Er erhielt Unterstützung durch das Studium der Gnostiker, die ihre Blütezeit Mitte des 2. Jahrhunderts vor Christus hatten. Sie behaupteten, ihre Visionen seien real, und glaubten, damit im Besitz religiösen Wissens zu sein, im Unterschied zum reinen Glauben. Jung empfahl deshalb seinen Klienten, sich mit den Mythen vergangener Jahrhunderte zu beschäftigen. Er pries das Mittelalter, wo die Menschen angeblich von einem liebevollen Gott umsorgt wurden und noch genau wussten, was sie zu tun hatten und wo ihre Grenzen lagen. Es ist für uns Heutige fast unmöglich, diese Seite

seines Werkes darzustellen und zu würdigen. Der Leser müsste in der Gnostik, der Alchemie, der Astrologie, Theologie, Reinkarnation, Erleuchtung, der Sinologie, im Zen-Buddhismus und im Yoga bewandert sein. Zu allen Themen hatte Jung schwer verständliche Kommentare abgeliefert. Verständlich ist daraus eventuell, dass er das Konzept einer Synchronizität entwickelte. Er verstand darunter akasale Zusammenhänge, Gleichzeitigkeiten und Koinzidenzen, die für ihn immer tiefere Bedeutung hatten und keinesfalls zufällig auftauchen.

Jung beschäftigte sich spätestens seit 1913 mit allen Fragen der Religion, wobei nicht ganz sicher ist, wie weit er den Begriff Religion fasste. Wie schon erwähnt, hielt er die Rückkehr seiner Patienten zur religiösen Praxis für einen Heilungsvorgang. Das bedeutete umgekehrt: Neurose ist Verlust des religiösen Glaubens. Mehrere Bücher befassten sich mit der Religionsthematik. Allerdings rückte er nicht davon ab, dass die Psychologie und er als Psychologe nichts über die Existenz Gottes aussagen könne. 1952 erschien Jungs umstrittenstes Buch, *Antwort auf Hiob*. Wie Tausende vor ihm dachte Jung über die Frage nach, wie ein vollkommener Gott das Böse und die Leiden der Unschuldigen und Gerechten habe zulassen können. Könnte es nicht sein, dass Gott beides ist: gut und böse? Jung fühlte sich abgestoßen von Gott, der Adam im Garten Eden in eine Falle laufen ließ, von der von Gott befohlenen Opferung Isaaks durch Abraham und von der von Gott gebilligten Qual Hiobs durch Satan. Die Opferung Christi erschien ihm als eine Wiedergutmachung Gottes für die am Menschen begangenen Ungerechtigkeiten.

Zurückhaltend äußerte sich Jung über das Problem des Lebens nach dem Tode. Er fand nicht viele Argumente, die für eine Reinkarnation sprechen; jedenfalls sei unser Leben nur ein Glied in einer großen Kette. Er fand Trost in der Individuation. Wer diese Stufe des Selbst erreicht hat, werde von der Angst vor dem Tod befreit.

## Kritische Würdigung

Ohne Zweifel ist Jung ein bedeutender Pionier der Tiefenpsychologie, der ein umfassendes psychiatrisches, philosophisches, literarisches, archäologisches, ethnologisches und esoterisches Wissen einbrachte. Der vielseitige Forscher drang kühn in die Bilderwelt des Unbewussten ein, verlor sich dann aber in unwissenschaftliche, abergläubische und frömmelnde Gefilde. Das brachte ihm vonseiten einer konservativ-klerikalen Umwelt Ruhm und Anerkennung ein. Er wurde im Laufe seines Lebens immer esoterischer, mystischer und realitätsfremder. Er priest mit bemerkenswerter Suggestivkraft uralte Mythen als Wegweiser für eine moderne Daseinsorientierung. Freud selbst hatte in *Zur Geschichte der psychoanalytischen Bewegung* (1914) nicht ohne Polemik mit seinem ehemaligen Lieblingsschüler und Kronprinzen abgerechnet. Jung habe alle anstößigen Befunde der Psychoanalyse verworfen, um in der spießbürgerlichen Welt Furore zu machen.

Von der Psychoanalyse übernahm Jung die Methode der freien Assoziation, die Bedeutung von Träumen, die bleibenden Einflüsse der Kindheit und die frühen Beziehungen zu den Eltern-Figuren. Er glaubte mit Sigmund Freud, dass die Gesellschaft eine „künstliche Verkrüppelung“ der menschlichen Individualität bewirke. Ein interessanter Unterschied zwischen Freud und Jung ist die freie Assoziation und die gezielte Assoziation. Wenn bei Jung der Analysand nicht die gewünschten Traum inhalte hervorbrachte, steuerte Jung die dazu passenden Beispiele aus der Mythologie bei. Diese plumpe Manipulation nannte Jung „Amplifikation“. Andere Theoriestücke Freuds akzeptierte er nie. Hinter der Zurückweisung des psychoanalytischen Anspruchs auf universale Gültigkeit erhob sich nun seinerseits ein Absolutheitsanspruch, den das ganze Werk Jungs durchzieht. Gegen die Zerlegung des Psychischen in seine Bestandteile (bei Freud Ich, Es, Über-Ich) setzte

Jung eine „Ganzwerdung“ oder „Vervollständigung“ der Psyche, ohne zu bemerken, dass er selbst mit einem halben Dutzend Teilpersönlichkeiten und -psychen hantierte.

Die Bedeutung Adlers hat Jung wiederholt anerkannt und gewürdigt. Der Drang nach Überlegenheit führe zu mancherlei Neurosen, einige Träume geben Hinweise auf geheime Zukunftsziele, einige Neurotiker neigen dazu, ihre Umwelt zu manipulieren. Wie Adler ließ Jung seine Patienten auf einem Stuhl gegenüber sitzen. Adler wie Jung betonten die Notwendigkeit, die großen Lebensaufgaben tatkräftig anzugehen, und beide arbeiteten an einer Umerziehung und Nach-erziehung der Patienten.

Bei näherer Betrachtung und wahrer Beschreibung dessen, was Jung intendierte, müssen sich Zweifel mehren, ob sein Konzept außer der allgemeinen und nach wie vor wichtigen Idee von der Individuation überhaupt etwas Brauchbares aufweist. Denn bei genauerer Untersuchung zeigt sich, dass Jungs Konzept der Individuation an einer Reihe von Einseitigkeiten krankt, vor allem an weltanschaulicher Enge. Das beginnt damit, dass Jung das Konzept der Individuation aus fragwürdigen Beobachtungen im Bereich des Okkultismus entwickelte, wo er aus dem Dämmerbewusstsein des Mediums verborgene Persönlichkeitsanteile durchbrechen sah. Diese aus der Tiefe aufsteigenden Inhalte hielt er für Abkömmlinge eines weiten Wirklichkeitsbereichs, der gehaltvoller und weiser sei als das Wachleben. In diesen Seelengrund sah er die Archetypen abgelagert, von denen er annahm, dass sie vererbt sind. Diese Inhalte treten in Trance und in den Träumen an die Oberfläche und wurden von Jung wie Edelsteine gesammelt und betrachtet.

Jung legte unbewusst sehr viel in seine Träume, wobei ihm seine wache Neugier und seine weitläufige Lektüre ausreichend Material lieferte, doch er war unfähig zu sehen,

dass seine Träume inhaltlich erstaunlich dem gleichen, womit er sich gerade beschäftigte. Seine Auseinandersetzung mit diesem Seelengrund bescherte ihm Größenideen und Allmachtsfantasien, denen er sprachmächtig Ausdruck zu verleihen verstand. Er glaubte, Zugang zu tiefen Geheimnissen zu haben, was ihn zu einem elitären und singulären Dasein berechtigte. Jung geht es letztlich um die Innenwelt des Individuums, wie er sie verstand; biologische, soziale, zeithistorische und familiendynamische Einflussfaktoren werden von ihm kaum angesprochen und zugunsten der „Einmaligkeit der Person“ hintangestellt. Wesentlich und wirklich war ihm nur das subjektive Leben des Einzelnen.

Man könnte meinen, Jung verfolgte mit Anima und Animus das Ideal eines androgynen Wesens, welches die jeweils positiven Eigenschaften von Mann und Frau in sich vereint. Sein Entwurf zu einer Androgynität basiert jedoch eher auf dem natürlichen Abschleifen extremer männlicher oder weiblicher Eigenschaften im Laufe der Lebensjahrzehnte, wenn Erwachsene langsam rundlicher und fülliger werden und innerlich zur Ruhe kommen. Auch das Ineinanderaufgehen in einer geistigen Androgynie war nicht das, was er sich vorstellte: „Ein Mann sollte als Mann leben und eine Frau als Frau.“ Er warnte davor, die jeweils gegengeschlechtlichen Anteile zu stark zur Geltung zu bringen. Das sei wider die Natur und verursache Störungen des seelischen Gleichgewichts.

Jung begrüßte halbherzig die Emanzipation der Frau, wenngleich er ganz sicher nicht an eine so weitgehende Auflösung des Rollenverständnisses gedacht hat, wie es sich heute offenbart. Im Prinzip hatte Jung noch die traditionelle Ehe im Auge, in welcher die Frau geistig ganz in ihrem Mann, der Mann gefühlsmäßig ganz in seiner Frau aufgeht. Die ungelebten Anteile werden in den Ehepartner projiziert, was nicht grundsätzlich ein Nachteil sein muss, doch oft kann der Partner nicht die ungelebten Wünsche erfüllen. Der Animus der Frau könnte Mut, Unter-

nehmergeist sowie geistige und ökonomische Selbstständigkeit bedeuten, doch solche Frauen stellte sich Jung allenfalls als *femme inspiratrice* des Mannes vor, was erneut ganz von seinen eigenen Erfahrungen mit Ehefrau und den Geliebten Sabina Spielrein und Toni Wolff geprägt ist. Eine Gleichstellung von Mann und Frau intendierte er offenbar nicht, doch plädierte er dafür, dass Mann und Frau ihre überholte unbedingte Fixierung auf Logos einerseits und Eros andererseits aufgeben, dass Frauen ein Stück Männlichkeit und Männer ein Stück Weiblichkeit erwerben, um der Welt des jeweils anderen nicht völlig blind gegenüberzustehen.

Jung wurde zum Objekt feministischer Kritik. Seine Anima sei einerseits ein Vorurteil, andererseits eine Chimäre; reale Frauen könnten seinem Mütterlichkeits- und Prinzessinnenideal niemals gerecht werden. Die Jung'schen Archetypen des Weiblichen entsprängen dem Geist des Patriarchats des 19. Jahrhunderts, nicht einer menschlichen Urzeit. Für ihn gründe sich die Psychologie der Frau auf den Eros und die des Mannes auf den Logos. Das war ihm kein Problem, sondern eine Tatsache. Wie stark Jung dem Glauben an die Überlegenheit des Mannes anhing, zeigt sich darin, dass er Epilepsie durch die Mutter vererbt annahm, Begabung jedoch durch den Vater.

Unklar bleibt, in welchem Verhältnis Unbewusstes und Bewusstes bei Jung verbleiben. Jung hielt es einerseits für unmöglich, die elementare Dynamik des Unbewussten durch ein bewusstes Ich „depotenzieren“ zu wollen. Das Unbewusste werde immer die stärkere Kraft bleiben. Die einzig adäquate Einstellung des Bewusstseins gegenüber dem Unbewussten sei willige Kooperation. Nur wenn das Bewusstsein sich nach dem Unbewussten richte, könne es (das Bewusstsein) bestimmungsgemäß funktionieren als das Licht, das die Finsternis begreift. Ellenberger andererseits zitiert Jung dahingehend, dass das Ich die Inhalte des Unbewussten sich

unterwerfen muss, so wie der Held der Mythen gegen ein Ungeheuer kämpft und schließlich siegt. Vielleicht kommt beides vor.

Wie bei Adler ist Jungs Einfluss schwer abzuschätzen. Er übte Einfluss aus über seine Person, seine Lehre, seine Schüler und seine Schule. Nur wenige Anregungen von ihm wurden außerhalb seiner eigenen Schule aufgegriffen und modifiziert weiterverbreitet. Die Unterteilung in Introversion und Extraversion ist schlicht zu grob, um reales Leben zu beschreiben, aber als Dimensionen der Persönlichkeit sind sie brauchbar. Die intensive Beschäftigung mit Symbolen, Mythen und Archetypen ist ein Hauptmerkmal der Psychologie Jungs. Unter Theologen fand Jungs Psychologie einen breiten Widerhall, wengleich nicht immer zustimmend, da einige argwöhnten, Jung sei ein verkappter oder wohlwollender Atheist. Es gab interessante Versuche, das Wirtschaftsleben und die Börse als von kollektiven Fantasien geprägt zu verstehen.

Die Teilstrukturen der Psyche will Jung empirisch erschlossen haben, doch es ist unverkennbar, dass er vieldeutige Befunde in sein romantisch-religiöses Schema einordnet, das nur jener versteht, der den gleichen Bildungshorizont hat. Das Konzept der Synchronizität ist nicht wirklich originell. Vieles passiert gleichzeitig, ohne dass ein kausaler Zusammenhang besteht, aber Jung gab solchen Zufällen immer eine tiefere Bedeutung. Offenbar verwechselte er Korrelation und Kausalität. Als er einmal Freud besuchte, knackte und krachte es in einem Bücherschrank. Freud führte das auf die Trockenheit des Holzes zurück, Jung bezeichnete es als „katalytisches Exteriorisationsphänomen“, eine pseudowissenschaftliche Formel für eine angenommene immaterielle Wirkung von Gedanken auf Gegenstände. Eine Grundannahme dieser Schule ist, dass nur der Jungianische Analytiker in der Lage ist, die mythischen Gestaltungen des Unbewusst-

ten zu deuten, da der Normalbürger diese Fähigkeit heutzutage nicht mehr besitze.

Eine zentrale Behauptung Jungs lautet, dass bestimmte bildlich-symbolische Inhalte – die Archetypen – *vererbt* werden. Dieses Unbewusste sei schon bei der Geburt vorhanden. Aber warum gerade die Urbilder, warum nicht Kochrezepte oder Anleitungen zum Feuermachen? Die angeblich beweissichernden Beispiele Jungs beruhen auf den Zufällen gedanklicher Verbindungen zu der bildhaften Sprache des Unbewussten, z.B. wenn man das Bewusstsein als ein Haus oder eine Wohnung ansieht und das Unbewusste als einen See oder das Meer. Die Alltagssprache setzt aus realen Komponenten neue Gestalten zusammen, beispielsweise einen Teufel mit Hufen oder Krallen, Hörnern oder einem Schwanz. Jungianer nennen dies die sprachschöpferische Instanz des Unbewussten. Sie merken nicht, dass sie damit die These von der Vererbung archetypischer Bilder aushebeln. Wenn wir in unserer Fantasie Unvereinbares miteinander verknüpfen (beispielsweise die Sonne mit einem Penis), so bedarf es nicht der vererbten Weitergabe dieser Bilder.

Überhaupt neigt die Jung'sche Psychotherapie und Psychoanalyse sehr dazu, bestimmte seelische Entwicklungen mit bestimmten mythologischen Bildern zu verknüpfen. Es werden das Auftauchen einer neuen Einstellung „oft durch die Figur eines natürlich gezeugten Kindes veranschaulicht“, das Aufnehmen von etwas ganz Neuem mit der „Sprachfigur der übernatürlichen Zeugung“. Das führt zu weiteren Fragen: Tauchen bei jeder psychischen Entwicklung bei jedem Analysanden diese Sprachbilder auf? Oder nur bei Patienten, die sich in Jung'scher Psychotherapie befinden? Heißt das, dass die Jung'sche Psychotherapie bestimmte Sprachbilder erwartet, die ein folgsamer Analysand dem erwartungsvollen Therapeuten gerne liefert? Sind auch andere Sprachbilder der Jung'schen Schule bekannt? Wenn



ja, in welchem Verteilungsverhältnis treten sie auf? Die Jung'sche Psychologie nimmt für sich Wissenschaftlichkeit in Anspruch, aber dieser Anspruch scheint kaum in Ansätzen erfüllt.

Von Kulturanalyse und Zeitkritik ist bei Jung wenig bis nichts zu spüren. Er nahm seine politischen Pflichten als Schweizer Demokrat ernst, aber es finden sich auch viele Äußerungen, aus denen seine Verachtung für den kleinen Mann und den Massenmenschen hervorgeht. Es gibt vage kritische Äußerungen, so wenn er vor der „Massenpsyche“ warnt, die in zwei Weltkriegen „die Oberhand gewonnen“ habe. Eine Gesellschaft könne moralisch und intelligenzmäßig zu einem großen, dummen und gewalttätigen Tier werden. Der Einzelmensch laufe Gefahr, vom kollektiven Bewusstsein aufgesogen zu werden. Jung versuchte sich mehrfach in einer Deutung des Phänomens des Dritten Reichs. Er blieb auch nach dem Krieg bei seiner Deutung als Ausbruch des kollektiven Unbewussten, als Entfesselung des heidnisch-germanischen Archetypus Wotan, der aus irgendeinem Grunde zu wüten anfange und das Unterste zuoberst kehre. Zunächst wusste er nicht, ob er diese Erscheinung positiv oder negativ beurteilen sollte. Nach dem Krieg folgte eine arg gewundene Rechtfertigung. Er zeigte sich erschüttert über das Vorgefallene und entschuldigte sich damit, dass er sich als Ausländer 1933 kein klares Bild machen konnte. Das ist ein schwaches Argument. Ein Ausländer verfügte damals über bessere Informationen als der Durchschnittsdeutsche und er war zudem nicht der Suggestion der Propaganda ausgesetzt. Man kann aber nicht sagen, dass Jung ein Nationalsozialist war. Dazu war er zu versponnen.

Jungs unentschiedene Haltung resultiert aus seinem Konzept vom Archetypus, der nach seiner Meinung Tiefstes und Höchstes, Böses

und Gutes gleichermaßen enthält und damit zur gegensätzlichsten Wirkung fähig ist. So sei 1933/34 nicht vorauszusehen gewesen, ob sich der Wotan-Archetypus heilsam oder verderblich auswirken werde. Die grundsätzliche Unbrauchbarkeit seines Archetypus-Konzepts zur Beurteilung politischer und sozialer Entwicklungen fiel ihm selbst nicht auf. Seine Formulierungen waren stets ungenau spekulativ, aber er behauptete unerschütterlich, reiner Empiriker zu sein.

Jungs Autobiographie *Erinnerungen, Träume, Gedanken* (1962) liefert den verblüffenden Beweis dafür, dass Jung im Grunde seines Wesens ein Spintisierer war. Mitten im 20. Jahrhundert lebte er in einer Welt der Geister und der Mythen. Was kann uns dieser Mann heute noch bedeuten, warum sollten wir uns noch mit ihm beschäftigen? Wenn eine schwierige Entscheidung über einen zwiespältigen Autor ansteht, ist es hilfreich zu fragen, ob der Betreffende zum humanen Fortschritt beigetragen hat. Diese Frage muss – mit Einschränkung – verneint werden; eine Bilanz fällt, unter dem Strich betrachtet, negativ aus. Jung war ein Anti-Aufklärer, ein Romantiker, ein Eigenbrötler, ein Träumer. Gleichzeitig war Jung aber auch eine Persönlichkeit von Format, vital, erfolgreich, belesen, ausdrucksstark, sensitiv bei seinen Patienten, von mitreißendem schöpferischen Elan beseelt. Seine Bücher enthalten viele genau beobachtete Details am Menschen, die in seinem schwer verdaulichen Jargon und seiner befremdlichen Begrifflichkeit fast wieder untergehen.

Es scheint das Urteil Josef Rattners berechtigt, dass Jung die Gegenauflärung und Konterrevolution innerhalb der Psychologie verkörpert. Die Analytische Psychologie Carl Gustav Jungs ist ein blamabler Unfall der Tiefenpsychologie.

## 10. Neopsychoanalyse

---

Die Neopsychoanalyse (oft auch Neo-Psychoanalyse geschrieben) ist keine einheitliche Gruppe von Psychologen und Psychotherapeuten, und ihre Definition ist schwer. Am ehesten ließe sie sich so charakterisieren, dass ihre Vertreter sich in der Tradition Freuds sehen (deshalb im englischen Sprachraum als *Neo-Freudianism* bezeichnet), die aber mehr oder weniger von den Kerngedanken Freuds abweichen. Sie kannten teilweise noch Freud selbst, teilweise gehören sie der nächsten Generation an. In der zweiten Generation fächert sich das Spektrum auf, die Abgrenzung zu anderen Schulen wird immer schwieriger. Die Trennung zwischen der Neopsychoanalyse und der Humanistischen Psychologie beispielsweise ist selbst für Fachleute nicht eindeutig. Für die einen ist z.B. Erich Fromm ein Neopsychoanalytiker, für die anderen ein Vertreter der Humanistischen Psychologie. Zu den Neopsychoanalytikern werden mehr oder weniger gezählt:

- die Ich-Psychologen Anna Freud, Sándor Ferenczi, Franz Alexander und Heinz Hartmann;
- die Objektbeziehungstheoretiker Melanie Klein, William R. D. Fairbairn, Harry Guntrip, John D. Sutherland, Donald Winnicott, Otto F. Kernberg und Jaques Lacan;
- die Kleinkindbeobachtung von René A. Spitz, Margaret Mahler, John Bowlby, Mary Ainsworth, Daniel Stern und – auf theoretischem Gebiet – Martin Dornes;
- die Selbstpsychologen um Heinz Kohut;
- ferner einige bedeutende Einzelpersonen, die keine eigenen Schulen hervorbrachten, aber breit beachtet und zitiert werden und oftmals miteinander arbeiteten: Karen Horney, Frieda Fromm-Reichmann, Otto Rank, Wilhelm Reich, Harry Stack Sullivan, Erik Erikson, Clara Thompson, Harald Schultzhencke, Erich Fromm und viele andere.

Wilhelm Reich, Erich Fromm und Erik Erikson kommen zwar von der Psychoanalyse her, haben sich aber so weit von ihr entfernt, dass sie eigens behandelt werden sollen und im nachfolgenden Kapitel »Humanistischen Psychologie« erscheinen. Tatsächlich sind Neopsychoanalyse und Humanistische Psychologie nicht wirklich gut voneinander abzugrenzen und die Zuordnung einzelner Autoren eher willkürlich.

Inhaltlich gehören eigentlich auch Alfred Adler und Carl G. Jung zur Neopsychoanalyse. Sie werden meist nicht erwähnt, vermutlich weil ihre Eigenständigkeit zu bedeutend ist. Eine Sonderstellung nimmt Anna Freud ein, die das Erbe ihres Vaters verwaltete und zugleich neue Wege in der Kinderanalyse und Kindertherapie beschritt. Während sich viele Neoanalytiker mit dem Vorwurf der Häresie und des Revisionismus auseinandersetzen mussten, blieb Anna Freud in dieser Hinsicht unangefochten.

Die Neopsychoanalytiker haben keine einheitliche Schule gegründet, obwohl einige von ihnen in den von ihnen gegründeten Instituten Schüler und Mitkämpfer um sich sammelten und gegen Konkurrenten ins Feld führten. Die meisten stimmen in Folgendem überein:

Die Neopsychoanalytiker haben keine einheitliche Schule gegründet, obwohl einige von ihnen in den von ihnen gegründeten Instituten Schüler und Mitkämpfer um sich sammelten und gegen Konkurrenten ins Feld führten. Die meisten stimmen in Folgendem überein:

- Sie lehnen das Konzept von der kindlichen Sexualentwicklung und ihren Phasen als unrealistisch ab;

- wenn sie den Ödipuskomplex beibehalten, deuten sie ihn anders, nämlich nicht anthropologisch, sondern als bereits pathologisches Zeichen;
- die Rolle angeborener Triebe wird heruntergespielt und es wird mehr Gewicht auf die Umwelteinflüsse gelegt; die Babyforscher betonen allerdings die Existenz angeborener Basisaffekte;
- die zwischenmenschlichen Beeinflussungen werden betont, insbesondere die Beziehung zwischen Patient und Therapeut;
- der Säugling wird nicht als ein grundsätzlich symbiotisches, hilfloses oder autistisches Wesen gesehen, vielmehr wird seine angeborene Kompetenz zur Beziehungsregulation gewürdigt;
- der Mensch wird nicht als ein von Natur aus minderwertiges oder destruktives Wesen gesehen, vielmehr wird seine Fähigkeit zum sozialen Leben betont;
- zusätzlich zu innerpsychischen Konflikten werden neurotische Stile und Reaktionsweisen analysiert; aktuelle reale Konflikte werden gewürdigt;
- die Rolle der Sexualität wird stark eingeschränkt und als ein Ausdrucksmittel unter anderen betrachtet;
- der Selbstäußerung, Selbstbewahrung und Selbstdurchsetzung wird entschieden mehr Bedeutung beigemessen; es wird nach dem Selbst als salutogenes Kern-Ich gesucht;
- es bleibt weniger Raum für Traumanalysen und überhaupt wird Träumen recht nüchtern betrachtet;
- die Verwendung der Couch wird nicht mehr als notwendig angesehen, damit entfällt auch die Regression des Patienten;
- es wird stärker in den Therapieprozess eingegriffen, besonders bei persönlichkeitsgestörten Patienten; der Therapeut tritt verstärkt als Führender, Leitender und als Antwortgeber auf;
- der Therapeut gibt manchmal auch von sich etwas preis, wenn angenommen werden kann, dass der Therapieprozess damit gefördert wird; er zeigt sich als Mensch, nicht nur als kaltblütiger Chirurg oder beteiligungsloser Spiegel;
- die Therapieversuche wurden ausgeweitet auf Kinder, (kriminelle) Jugendliche, Unterschichtklienten und Schwergestörte;
- die Therapie wird zwar noch psychoanalytisch genannt, weicht aber erheblich von den Vorgaben Freuds ab. Sie liegt nahe an dem Setting der Individualpsychologie bzw. entspricht ihr vollständig. Für die mehr oder weniger modifizierte Psychoanalyse setzt sich zunehmend der Begriff »psychodynamische Therapie« durch.

Im Großen und Ganzen kann man Neopsychoanalytiker jene Gruppe von Therapeuten und Psychologen nennen, die Freud schätzen und seine Leistungen würdigen, aber ebenso auf eigenständiges und unabhängiges Denken Wert legen. Sie schwanken zwischen dem unbedingten Bestreben, Freuds reine Lehre (oder was man dafür hielt) zu bewahren, und der ebenso notwendigen Revision des Freudianismus in Theorie und Therapie. Im Folgenden werden einige der Genannten kurz porträtiert.

### Anna Freud

Anna Freud ist das jüngste Kind Sigmund und Martha Freuds; sie war dazu berufen, das Lebenswerk ihres Vaters fortzuführen. Eigenständigkeit erwarb sie sich auf den Gebieten der Kinderanalyse und –therapie in London. Man darf vermuten, dass die gewaltige Aufgabe ihr wenig Zeit für Familie und Kinder ließ und sie deswegen unverheiratet blieb. Interessant ist, dass sie

1895 geboren wurde, als Freud zusammen mit seinem Freund Breuer mitten in der Ausarbeitung der Psychoanalyse stand. Anna lernte zunächst den Pädagogenberuf. Sie arbeitete nur fünf Jahre an einer Schule und widmete sich danach ganz ihrem Vater und ihrer eigenen Arbeit im Rahmen der Psychoanalyse. Zwischen 1918 und 1921 wurde sie von ihrem Vater nach den Regeln der psychoanalytischen Kunst analysiert, über deren Inhalt und Verlauf nichts bekannt ist. Heute wird diese Vater-Tochter-Analyse natürlich als heikel angesehen, Freud aber war vom Ergebnis überzeugt. Anna machte schnell Karriere im Kreise der Analytiker und wurde unentbehrlich für ihren Vater, bei dem ein Mundhöhlenkarzinom ausbrach. Die Zusammenarbeit zwischen den beiden klappte vielleicht auch, weil Anna sich auf die pädagogische Seite der Psychoanalyse konzentrierte. Freud selbst hielt von pädagogischen oder erzieherischen Einflussnahmen auf seine Patienten offiziell nichts, aber für Kinder schien er eine Ausnahme gelten zu lassen. 1927 erschien Anna Freuds Buch *Einführung in die Technik der Kinderanalyse* und 1930 *Einführung in die Psychoanalyse für Pädagogen*.

Ungefähr von 1925 an lebte sie mit Dorothy Tiffany Burlingham, einer New Yorker Millionenerbin, zusammen. Die geschiedene Burlingham war mit ihren Kindern nach Wien gekommen, um bei Freud eine Analyse zu absolvieren. Beide Frauen wiesen Vermutungen auf eine homosexuelle Beziehung auf sich. 1936 publizierte Anna *Das Ich und Abwehrmechanismen*. Auch hier war der Vater stolz auf seine Tochter. 1938, nach der Annexion Österreichs durch Deutschland, emigrierten Sigmund Freud und seine Frau Martha mit ihren Kindern, darunter Anna, zusammen mit Dorothy und deren vier Kindern nach London. Von 1940 an leitete Anna zusammen mit Burlingham die von ihnen gegrün-

dete *Hampstead Nurseries*, Heime für Kriegskinder. Diese gingen 1951 in die *Hampstead Child Therapy Clinic* über. Sie veröffentlichte Artikel, schrieb Bücher, war an der Organisation der psychoanalytischen Bewegung entscheidend beteiligt, gab eine internationale Zeitschrift mit dem Titel *The Psychoanalytic Study of the Child* heraus, bildete Kinderanalytiker aus und wuchs so in die Rolle einer *Grand Old Lady* der Psychoanalyse hinein. Sie erhielt zahlreiche akademische Auszeichnungen und Ehrendoktorate. Ihr Hauptwerk *Normality and Pathology in Childhood* erschien 1965, welches sie selbst 1968 als *Wege und Irrwege in der Kinderentwicklung* ins Deutsche übertrug. Sie starb 1982 in London. Die deutsche Anna-Freud-Gesamtausgabe umfasst 127 Veröffentlichungen in 10 Bänden mit insgesamt 3022 Seiten.

Es konnte nicht ausbleiben, dass Annas Analyse bei ihrem Vater kritisch beäugt wurde. Noch heute gibt es dazu unterschiedliche Meinungen. Freud sah es wohl praktisch: Anna war wegen ihrer damaligen Pädagogentätigkeit an Wien gebunden und konnte die Analytiker, die sich hauptsächlich in Berlin und Budapest aufhielten, nicht konsultieren. Außerdem hatte die Familie Freud, wie die Bevölkerung allgemein, nach dem Ersten Weltkrieg kein Geld. Eine Analytikerin meinte wohlwollend: »Doch wenn Sie sich ansehen, was sie in ihrem Leben getan hat – dann geht es um ihre Aktivitäten, ihre Forschungstätigkeit und ihre Werke. [...] Vielleicht sollten wir es einfach akzeptieren und würdigen als das, was es war: ein ungewöhnlicher ›Moment‹ zwischen zwei ungewöhnlichen Menschen – es kam doch eine Menge Gutes dabei raus«.

Die erzwungene Übersiedlung der Freuds nach London war speziell für Anna pikant, weil dort schon Melanie Klein seit einigen Jahren wirkte und ihren eigenen Unterstützernetzwerk aufgebaut und dezidierte Vorstellungen zu einer Kindertherapie entwickelt

hatte. Anna ging umsichtiger vor und vermied Radikalisierungen und Dogmen, wie man sie den Kleinianern vorwerfen kann.

Anna Freud hatte in ihrer *Einführung in die Technik der Kinderanalyse* (1927) an mehreren Stellen kritisch auf Melanie Klein Bezug genommen. Sie kritisierte nicht nur Melanie Kleins Methode, sondern auch inhaltliche Züge, hier vor allem die Frage, ob ein Kleinstkind einen Ödipuskomplex haben kann und ob ein Analytiker pädagogisch tätig sein darf. Anna hielt Kinder für zu jung für eine wirkliche Analyse. Auf einem Londoner Symposium im gleichen Jahr reagierten die Analytiker um Klein. Sie warfen Anna vor, dass sie den Ödipuskomplex nicht erfassen könne, da ihr ihre nicht gelöste Beziehung zum Vater im Wege stehe.

Heute ist unumstritten, dass Kinder analysiert werden können. Sie zeigen im Spiel unbefangene innere Konflikte auf, die ein geschultes Auge erkennen kann. Sodann kommt es darauf an, dies in kindgerechte Sprache zu übersetzen, und auch die Eltern sollen informiert und geschult werden, um künftig Erziehungsfehler zu vermeiden. In der Regel ist die Neurose des Kindes nur ein Spiegel der Eltern- und Eheurose. Eine Schwierigkeit der Kindertherapie besteht darin, Eltern schonend an diesen Befund heranzuführen. Sigmund Freud hatte darauf bestanden, das Gold der Psychoanalyse nicht mit dem unedlen Metall der Pädagogik zu legieren, aber heute ist allgemein anerkannt, dass jede Therapie auch pädagogische und verhaltenstherapeutische Anteile hat und haben darf.

Schon Melanie Klein bot ihren kindlichen Patienten eine Puppenspielwelt an. Auch Anna Freud setzte Spieltechniken ein, vermied aber Melanie Kleins geschraubte und sexualisierte Deutungen (wenn ein Kind zwei Waggon zusammenstoßen lässt, habe es wohl den Koitus der Eltern beobachtet), die schon in der Erwachsenentherapie Widerstand hervorrufen. Auch ist die

kühle Zurückhaltung eines Analytikers bei Kindern nicht angebracht. Man muss sich als Therapeut emotional einlassen, was unter anderem bedeutet, auf die Entstehung einer Übertragungsneurose zu verzichten. Erwachsenen- und Kindertherapie sind einerseits fundamental verschieden, andererseits ähneln sie sich im Verständnis der psychischen Dynamik. Für Anna Freud wurde es selbstverständlich anzunehmen, dass es nicht nur innere Konflikte gibt, sondern auch reale äußere. Erst unter dieser realitätsgerechten Sicht kann der Kinderanalytiker Erziehungseinflüsse durchschauen und besprechen.

Anna Freud setzte sich für ein aufrichtiges Verhältnis zwischen Eltern und Kindern ein. Sie hielt nichts davon, den Kriegskindern zu sagen, ihr gefallener Vater sei »im Urlaub«. In der Frage, wie mit dem Tod umgegangen werden soll, stellte sie fest, dass es für die kindliche Entwicklung erhebliche Komplikationen bedeutet, wenn ihnen in Bezug auf den Tod unaufrichtig begegnet wird. Die Mütter aber waren meist noch nicht so weit.

Anna folgte ihrem Vater, wenn sie die Meinung vertrat, die kindliche Sexualität sei pervers und äußere sich in Oralität, Analität und Inzestwünschen. Vom heutigen Standpunkt aus sind manche Zweifel angebracht an ihrem Bild vom egoistischen, triebhaften, fast bösartigen Menschenkind, dass durch die Kastrationsdrohung gezähmt werden müsse. Aber auch die frühe Psychoanalyse wusste keinen Königsweg für die kindliche Entwicklung und schwankte zwischen Zurückhaltung in der Erziehung und einer Erziehung zur notwendigen Triebbeschränkung. Die Eltern arbeiten damals daran, die Triebbefriedigung mittels Drill aufzuschieben. Anna Freud machte deutlich, dass der Erzieher im Kindergarten und Hort nur ein Nacherzieher sei, der auf den Erziehungsleistungen der Eltern aufbaue oder mit ihnen zu kämpfen habe. Anna Freud rückte damit den Erziehungsprozess

nahe an die Prozesse in einer psychoanalytischen Therapie. Es konnte nicht ausbleiben, die Erziehung der Erzieher ins Auge zu fassen (wie schon bei Alfred Adler). Ein Streitpunkt war, ob Erzieher und Lehrer eine Analyse absolviert haben müssen oder nicht. Lehrer oder Erzieher müssten ihre Konflikte kennen und beherrschen lernen, ehe sie die pädagogische Arbeit beginnen, meinte Anna Freud. Die Frage, wie diese Forderung umgesetzt werden soll, konnte die tiefenpsychologische Pädagogik nie zu einem Abschluss bringen.

Ein weiterer Widerspruch konnte nicht geklärt werden: Auf der einen Seite wurde Triebversagung als für die Entwicklung unabänderlich notwendig erachtet, gleichzeitig wurde Triebverzicht als Erziehungsmittel kritisch gesehen, weil die damit einhergehende Verarmung der kindlichen Fähigkeiten eine neurotische Erkrankung begünstigen könnte. Anna Freud suchte den Mittelweg: weder das vollständige Ausleben der Triebe noch das kategorische Verbieten trage zu einer gesunden Entwicklung bei. Sie empfahl eine gewisse erzieherische Abstinenz, da sich die Eltern klar darüber sein sollten, dass sie selbst nicht besonders sorgfältig erzogen worden seien. Gewalt in der Erziehung sei strikt zu vermeiden. Psychoanalyse sei geeignet, die bestehenden Erziehungsformen zu kritisieren, die Menschenkenntnis der Erzieher und Pädagogen zu erweitern und das Verständnis für die komplizierten Beziehungen des Kindes zu den Erwachsenen zu schärfen.

In Freuds Theorie drängen unakzeptable Gedanken und Wünschen aus den Untiefen des Es unablässig an die Oberfläche und müssen von Ich und Über-Ich in Schach gehalten werden. Das Ich bediene sich dabei einer Handvoll von Abwehrmaßnahmen. Diese Abwehr sei weitgehend unbewusst und ihre Oberflächenergebnisse weitgehend neurotisch. Die Abwehrdynamik

glaubte Freud anhand der Oberflächenphänomene Hysterie, Zwang, Angstneurose und Paranoia zweifelsfrei nachgewiesen zu haben. Später anerkannte er, dass das Ich auch von außen und durch das Gewissen unter Druck gesetzt werden kann. Die Abwehrformen wurden immer vielfältiger und umfassten eine ganze Liste, die Freud und seine Mitarbeiter zu ordnen suchten.

Auch Anna Freuds Buch *Das Ich und die Abwehrmechanismen* von 1936 will zumindest einen Großteil der entdeckten Abwehrmechanismen beschreiben. Freud nannte etwas zehn Abwehrformen – von der Regression bis zur Verdrängung –, die die Autorin vorstellt, bevor sie zwei weitere einführt: die Identifizierung mit dem Aggressor und die altruistische Wunschartretung. Das Büchlein wurde Freud zu seinem 80. Geburtstag gleichsam als Geschenk überreicht. Der greise Vater war sehr stolz auf seine Tochter, die damit erneut bekundete, in seine geistige Erbschaft eingetreten zu sein. Sie gewann zunehmend Einfluss und Autorität unter den Analytikern. Aber nicht alle waren einverstanden.

War das Ich um 1895 etwas Störendes, das mit Hilfe der Hypnose umgangen wurde, so wurde dieses mit der Einführung der freien Assoziation zunächst zu einem Verbündeten des Therapeuten und später zum Akzentrum des Individuums. Die ersten Kapitel des Buches *Das Ich und die Abwehrmechanismen* sind deshalb eine Art Rechtfertigung, dass sie sich nicht mit dem Es, sondern mit dem Ich beschäftigt, was nicht im damaligen Mainstream lag. Dabei hatte Anna Freud keine neue Theorie entwickelt, sondern Gedanken ihres Vaters systematisch aufgearbeitet und ergänzt. Die Wende zum Ich, als dessen Kristallisationspunkt die Werke von Anna Freud und Heinz Hartmann wahrgenommen werden, steht weniger für einen neuen Inhalt als mehr für einen neuen Schwerpunkt oder eine neue

Perspektive. Anna Freud hatte sich weniger um das Ich und die Ich-Psychologie, als um eine Systematisierung der Abwehrmechanismen verdient gemacht.

Anna Freud blieb ihrem Vater loyal ergeben und erweiterte sein Werk ebenso, wie sie es unter der Hand revidierte. Die psychoanalytisch gebildeten Erzieher verfolgten das Erziehungsziel, dem Kind ein optimal gesundes Ich zu vermitteln, ein Ich, das die Forderungen der Triebwünsche, der Außenwelt und des Über-Ichs meistern kann, welches in Konfliktfällen nicht mit Fluchtreaktionen und Ausfallerscheinungen antwortet und das in seinen Lebensleistungen nicht eingeschränkt wird. Die psychoanalytische Aufklärung der Eltern und Erzieher reiche aber tatsächlich nicht weit, bekannte sie in ihrem Alterswerk *Wege und Irrwege in der Kinderentwicklung* 1965. Kinder wachsen unter einer freiheitlichen Erziehung ungezwungener auf, aber sie sind psychischen Störungen nicht weniger ausgesetzt, denn Angst und Konflikte bleiben. Die Erwartungen an eine Neurosenprophylaxe durch Psychoanalyse seien zu hoch gewesen.

Anna Freud rückte von den frühkindlichen Störungen als genuine Ursache für Neurosen ab, die Suche nach eindeutigen Wurzeln der Neurose sei unrealistisch. Die psychoanalytische Erfahrung zeige, dass die Neurose der Preis sei, den die Menschheit für die Kulturentwicklung zahlen müsse. »Konfliktfreiheit und Einheitlichkeit der Person sind also unerfüllbare Ideale für den Kulturmenschen«. Das Beste, was eine verständnisvolle Erziehung leisten könne, sei, dem Kind zu Konfliktlösungen zu verhelfen, die mit einem realistischen Maß von psychischer Gesundheit verträglich sind. Anna Freud wandte sich damit nach dem Tod ihres Vaters von vielen seiner Prämissen ab. Unter anderem relativierte sie viele seiner scheinbaren Gewissheiten. Das konnte nicht ausbleiben, denn anders als ihr Vater verfügte sie über weitreichen-

de Erfahrungen mit und Beobachtungen an Kindern. Allein schon die Gestaltung der Objektbeziehungen der Kinder in ihren Kriegskinderheimen, die von ihren Müttern getrennt waren und wieder nach Hause zurückkehren sollten, zeigte eine Fülle von Konflikten, von denen Freud selbst keine Ahnung haben konnte und die keineswegs auf präodipalen Störungen beruhten.

Anna Freud verblieb teils in der psychoanalytischen Orthodoxie, teils ging sie weit darüber hinaus. Die Abweichungen von der Orthodoxie schienen ihr selbst kaum bewusst zu sein. Mit den anderen Neopsychoanalytikern setzte sie sich wenig auseinander. Sie erarbeitete kein geschlossenes pädagogisches Konzept, sondern beschäftigt sich immer wieder mit einzelnen Fragen der Erziehung. Sie war eine tüchtige Praktikerin. Im Lichte der oftmals missglückten geschichtlichen, mythologischen oder künstlerischen Abschweifungen ihres Vaters empfindet man das als durchaus wohltuend.

### Melanie Klein

Melanie Klein wurde 1882 in Wien geboren, 1910 zog sie mit ihrer Familie nach Budapest. Nachdem ihr erstes Kind und wenig später ihre Mutter gestorben waren, begann sie eine Analyse bei Sándor Ferenczi, der sie zur Kinderanalyse anregte, die damals noch ganz in den Anfängen steckte. Wegen des Antisemitismus in Budapest zog sie mit Familie 1919 nach Berlin. Nach ihrer Scheidung 1920 machte sie eine zweite Analyse bei Karl Abraham. Schon mit ihren ersten Veröffentlichungen ab 1923 zog sie Kritik der orthodoxen Freudianer auf sich, während ihr Lehranalytiker Abraham sie unterstützte. Nach Abrahams Tod zog sie 1927 auf Vermittlung von Jones nach London um, wo man von ihren Ideen angetan war. Eine Kleinianische Schule entstand ab etwa 1935. Ihre schärfsten Gegner waren Anna Freud und Kleins Tochter Melitta. Diese war von Melanie analy-

siert worden, als Melitta noch ein Kind war. Anna Freud und Melanie Klein gingen nach Freuds Tod 1939 aufeinander los, was als *controversial discussion* im Archivkeller der Tiefenpsychologie verschwand. Melanie Klein starb 1960 in London, unversöhnt mit ihrer Tochter.

Klein erkannte rasch, dass kleine Kinder Konflikte und Ängste symbolisch im Spiel ausdrücken. Diese Beobachtung ist heute Allgemeingut. Problematisch war Klein im Hinblick auf die Interpretation, denn alles wurde auf die versorgende oder versagende mütterliche Funktion hin ausgelegt. Kleinkinder würden zunächst Teilobjekte internalisieren; Klein sprach von einer »guten« sättigenden und einer »schlechten« versagenden »Brust«. Mit dem Begriff »paranoid-schizoide Position« beschrieb Klein den seelischen Zustand des Kindes in den ersten sechs Lebensmonaten. Es könne die Personen seiner Umgebung nur als Teilobjekte wahrnehmen und nicht zusammenführen. Nach den ersten sechs Monaten erkenne das Kind die Mutter als ganze Person – mit ihren guten und schlechten Seiten. Dafür wurde der Begriff »depressive Position« des Kindes verwendet. Das Kind erlebt sich demnach erstmals als getrennt von der Mutter. Es sei traurig über die Trennung und besorgt um die Mutter, von der es abhängt. Das Kind merke, dass es seine Mutter nicht nur liebt, sondern oft auch hasst. Klein stellte die Hypothese auf, dass aufgrund der frühkindlichen Erfahrungen mit den ersten Liebesobjekten und Bezugspersonen Liebe-Hass-Erfahrungen entstünden, die die spätere Art und Weise prägen, wie ein Mensch die Welt wahrnimmt und wie er mit Beziehungen umgeht. Gemäß dieser Theorie sind zum Beispiel Menschen mit einer späteren Borderline- oder einer schizoiden Störung auf der ersten Stufe, also der »paranoid-schizoiden Position« stehengeblieben oder auf sie zurückgefallen, was sich unter ande-

rem darin zeigt, dass sie in angespannten Situationen andere und sich selbst als nur böse oder nur gut ansehen, idealisieren oder entwerten. Der Begriff »Position« ist etwas irreführend, weil damit nicht psychiatrische Symptome, sondern vorherrschende Ängste und Abwehrmechanismen gemeint sind.

Klein vertrat den allgemein angezweiferten Standpunkt, dass Kinder schon vor der ödipalen Phase Fantasien über Sexualität haben. Bestimmte Vorstellungen sind Kleins Meinung nach angeboren. Das Über-Ich, also das Gewissen, entsteht ihrer Theorie nach schon vor der ödipalen Phase. Sobald das kleine Kind in der »depressiven Position« seine Hassgefühle spürt, bekommt es Schuldgefühle. Auf den Wunsch, zu zerstören, folgt der Wunsch, die Dinge wieder gut zu machen. Die Wiedergutmachung spielt in Kleins Theorie eine wichtige Rolle. Sie meinte, ein Kleinkind internalisiere schon sehr früh ein Mutterbild, während die Freudianer meinten, das könne erst nach dem Durchlaufen des Ödipuskomplexes geschehen. Die Kontroverse mit Anna Freud drehte sich auch um die richtige Behandlung von Kleinkindern. Grob gesprochen war Anna Freud pädagogischer und Melanie Klein analytischer; Anna war zurückhaltender mit Deutungen.

Jedenfalls trug Melanie Klein viel dazu bei, die Zeit vor dem Ödipuskomplex (erstes bis drittes Lebensjahr) neu zu bewerten beziehungsweise überhaupt erst ans Licht zu heben. In den ersten Lebensjahren geht es um Urvertrauen, Versorgung, Spiegelung und um den Erwerb basaler Fähigkeiten. Dahinter treten die Erforschung von Konflikten, die durch sexuelle oder aggressive Triebregungen hervorgerufen werden, die Libidotheorie Freuds und die Bedeutung des Ödipuskomplexes zurück. Zentral wurden bei Klein die verinnerlichten Beziehungserfahrungen. Damit kann Klein einge-



reicht werden in die Gruppe der Objektbeziehungstheoretiker.

Im Streit um die richtige Theorie bildeten sich drei Londoner Gruppen: die Kleinianer, die Freudianer und eine Mittelgruppe. Jede Gruppe betrieb ihre eigene Ausbildung und hatte ihre eigene Organisation. Erst nach dem Tod Kleins 1960 nahmen die Spannungen ab, und die Londoner Analytikergruppe wurde die wichtigste in Europa. Die Kleinianische Schule entwickelte eine starke Ausstrahlung nach Südamerika und band einige interessante Persönlichkeiten an sich wie Herbert Rosenfeld, Susan Isaacs, Hanna Segal und Betty Joseph. Keiner von ihnen kann es aber in Wirkung und Bekanntheit aufnehmen mit Gestalten aus der Mittelgruppe wie Michael Balint, John Bowlby oder Donald Winnicott. Die Pionierleistungen Anna Freuds und Melanie Kleins sind heute nur noch Spezialisten geläufig. In den 1980er Jahren stellte sich die schweizerische Psychologin Alice Miller in ihren erfolgreichen Büchern Kleins Vorstellung vom bösen Säugling und Kleinkind entgegen. Aber auch das ist schon wieder Geschichte.

### Wilfred Bion

Die wichtigste Weiterentwicklung der Kleinianischen Objektbeziehungstheorie stammt von Wilfred Bion, der als der bedeutendste Schüler von Melanie Klein gilt. Bion schaffte es, noch komplizierter – manche sagen: unverständlicher – als Klein zu schreiben. Von 1933 bis 1938 arbeitete er an der psychoanalytischen Tavistock Clinic in London. Er bildete dort Patientengruppen und wurde zu einem Pionier der Gruppenanalyse und -therapie. Sein Leitbild der therapeutischen Gemeinschaft war beziehungsorientiert, demokratisch und psychiatriekritisch. Bion begann 1945 als alleinerziehender Vater eine Analyse bei Melanie Klein, die acht Jahre dauern sollte. In seinen Erinnerungen widmete er ihr viel Raum, wenngleich er vom Ergebnis nicht überzeugt war. »Wenn sie mir eine Inter-

pretation gab, empfand ich eher selten, dass sie zutraf; öfter empfand ich, dass es Unsinn war, aber es sich nicht lohnte, darüber zu streiten – denn ich betrachtete die Interpretationen als nicht viel mehr als Mrs. Kleins Meinungen, die durch keinerlei Evidenz gestützt wurden...«

Im Mittelpunkt von Bions Theorie steht das Denken. Er beschreibt, wie das Kleinkind am Anfang seines Lebens von ungeformten Inhalten und Fantasien bedrängt wird. Diese Sinneseindrücke und emotionale Erfahrungen, die in visuelle, auditive, olfaktorische oder andere Vorstellungen (*images*) im seelischen Bereich transformiert werden, nennt er Beta-Elemente. Beta-Elemente sind unverdaute, unbearbeitete Sinneseindrücke, die bloß zur Ausscheidung und Ausstoßung geeignet sind, nicht aber zur mentalen Verdauung und Verwendung. Können Beta-Elemente nicht verarbeitet werden, müssen sie auf eine andere Weise ausgeschieden werden; durch motorische Aktivität, Somatisierung oder projektive Identifikation (letzteres eine Erkenntnis von Melanie Klein), um die Psyche zu entlasten. Beta-Elemente werden günstigenfalls durch eine Alpha-Funktion in Alpha-Elemente transformiert; dies geschieht durch die Mutter. Die Mutter, die Empfängerin unlustvoller Beta-Elemente, soll Beta- in Alpha-Elemente umwandeln; Gefühle werden verstanden und Gedanken bekommen Bedeutung und Kohärenz. Die Mutter fungiert als *Container*, denn sie nimmt die Gefühle ihres Kindes vorübergehend auf und gibt die bekömmlich gemachten Empfindungen an den Säugling zurück.

*Containment* ist kein passives Geschehen, kein bloßes Halten, sondern ein aktiver mütterlicher Prozess des In-sich-Aufnehmens, In-sich-Bewahrens, Verstehens und Benennens und damit der Transformation. Das kann, in den Worten Kleins, nur die »gute Brust« leisten. Kleinkindliches Denken ist also das Ergebnis einer einiger-

maßen geglückten emotionalen Erfahrung und einer guten emotionalen Beziehung. Wenn die Mutter schwach ist und über keine Alpha-Funktion verfügt, verzichtet das Kleinkind auf den Containingversuch und verfällt in Schweigen, woraus später eine Psychose entstehen kann.

Bions Erweiterung des Konzepts der projektiven Identifizierung von Melanie Klein besteht darin, dass er den kommunikativen Aspekt der projektiven Identifizierung als eine Form der alltäglichen und nicht nur der pathologischen Subjekt-Objekt-Kommunikation herausarbeitet. Bions Konzept wurde dann zu einer Theorie individueller und sozialer Entwicklungen in Gruppen. Nach seinen Beobachtungen tauchen frühe Angstfantasien von Verfolgung und Vernichtung mit den entsprechenden Abwehrmechanismen der Spaltung, Verleugnung und projektiven Identifizierung auch im Gruppengeschehen auf. Er vergleicht die Situation eines einzelnen Mitglieds in einer Gruppe mit der eines Säuglings mit seiner Bezugsperson. Ein Gruppenmitglied sieht sich der Gruppe hilflos gegenüber, spürt einen Verlust an Individualität und eigenen Grenzen und sucht nach Formen, mit dem affektiven Leben der Gruppe in Kontakt zu kommen. Das mache Angst und erinnere an frühe Beziehungsanforderungen des ersten Lebensjahres.

Eine ähnliche Containing-Aufgabe stellt sich dem Therapeuten in der Therapie. Was Klein und Bion dazu umständlich erläutern, ist im Grunde ein simpler, basaler Vorgang: Ein Patient ist beispielsweise geschockt, wie gelähmt, kann nicht mehr klar denken und hat seinen Zukunftsoptimismus verloren. Nachdem sich der Therapeut gefasst hat, erinnert er sich an seine eigenen Niederlagen und Trennungen. Sodann erinnert er sich zudem (hoffentlich) daran, wie er aus Krisen herauskam und schwierige Situationen bewältigte. Er wird verbalisieren können, dass er die Verzweiflung versteht,

aber dass man gemeinsam sicherlich einen neuen Weg finden werde. Der Patient wird möglicherweise ruhiger und geordneter die Stunde verlassen. Der Therapeut war mitfühlend erschüttert, ließ sich aber nicht überwältigen.

### **Sándor Ferenczi**

Sándor Ferenczi wurde 1873 in Ungarn geboren. 1907 entdeckte er für sich die Psychoanalyse; bald wurde er einer der Lieblingsschüler Freuds. Die Revolution von 1918 brachte es mit sich, dass Ferenczi in Budapest der erste psychoanalytische Hochschulprofessor wurde, doch die politische Reaktion schlug bald zurück und er wurde aus der Budapester Ärztesellschaft ausgeschlossen. Freud und er wechselten im Laufe ihrer jahrzehntelangen Freundschaft mehr als 2000 Briefe. Ferenczis Übereinstimmung mit Freud war so groß, dass er Mitglied des »Geheimen Komitees« wurde, dem verschworenen Kreis um Freud.

Ferenczis Schriften umfassen thematisch alle Aspekte der Psychoanalyse. Doch der Bruch bahnte sich an, indem Ferenczi mit neuen Therapieformen und Settings experimentierte. Er ging davon aus, dass seine Patienten in ihrer Kindheit und Jugend Liebe und Zuwendung vermissen mussten, was der Hauptgrund ihrer Erkrankung sei. Die Therapie sollte dieses Manko ausgleichen. Der Therapeut solle sich mütterlich seinen Klienten annehmen und sie auch gelegentlich umarmen. Freud warnte Ferenczi davor, er könne mit seiner freundlichen Zuwendung den Patienten abhängig machen und es drohen sexuelle Entgleisungen. Einzig gefühlsmäßige Distanz und Frustrierung des Patienten in dieser Hinsicht seien angebracht. Freud reagierte nicht nur verständnislos, sondern absolut ablehnend auf Ferenczis Experimente. Ferenczi war enttäuscht, ließ sich aber

nicht beirren. Seine ungewöhnlichen Therapieanschauungen wurden bald darauf von vielen Psychoanalytikern übernommen, und für die Individualpsychologie war die gleichberechtigte, solidarische Haltung gegenüber dem Patienten ohnehin selbstverständlich. Ferenczi starb 1933. Seine gesammelten Werke erschienen 1964 in vier Bänden unter dem Titel *Bausteine zur Psychoanalyse*.

Ferenczi war einer der ersten Psychoanalytiker, die die Erkenntnisse der Tiefenpsychologie für die Pädagogik nutzbar zu machen suchte. Wenn man weiß, wie Menschen in der Kindheit seelisch krank werden, könne dies Wissen für die erzieherische Neurosenprophylaxe angewendet werden. Ferenczi war angesteckt vom damaligen Erziehungsoptimismus und von der Fantasie, mit psychologischer Aufklärung die Menschheit zu heilen. Man müsse zum neuen Menschen erziehen, um bessere Zustände auf der Erde zu schaffen. Neben der sexuellen Aufklärung müsse die Erziehung zum friedfertigen Miteinander, zu einer freiheitlichen, vernunftgeleiteten Weltanschauung und zur Frustrations- bzw. Unlusttoleranz im Vordergrund stehen.

Andere Überlegungen Ferenczis sind denen Freuds sehr ähnlich. An Freuds zweifelhaften Konzepten der Übertragungsneurose, der Homosexualität oder des Lebens- und Todestriebes hatte er wenig zu ergänzen; Neurotiker kamen ihm wie Hypnotisierte vor; Säuglinge würden eine Phase des Größenwahns durchlaufen, was sich später in der Hysterie zeige; Minderwertigkeitsgefühle seien Derivate des Allmachtstrebens; wer am Ödipuskomplex (dessen Vorhandensein er voraussetzte) scheitert, oszilliere zeitlebens zwischen Allmachtswünschen und Ohnmachtsgefühlen usw. Ferenczi plädierte dafür, dass Männer in Zukunft lernen, unter Männern Freundschaft zu halten und die Frauen maßvoll und vernünftig zu lieben. Moral, Religion und Pat-

riarchat müssten dazu einer Kritik unterzogen werden.

Ferenczi war gewiss ein kluger Kopf, der die vielfältigen Anregungen, die Freud austreute, produktiv ergänzte und erweiterte. Dabei befließigte er sich oftmals jener ungezügelter Fantasie, die schon Freud zum Vorwurf gemacht wurde. Ferenczi ging unbefangener und freundlicher mit seinen Patienten um, aber seine theoretischen Ausführungen erscheinen synthetisch-distanziert und wie ausgedacht. Er kam nicht über die anfechtbare Grundannahme hinaus, dass alles am Patienten Symbol sei (einschließlich körperlicher Funktionen wie Schwitzen oder Stuhldrang) und dieses Symbol für etwas Anderes stehe. Symptome seien verschleierte Kommunikation des verdrängten Unbewussten. Er sprach sich sogar dafür aus, derartige Symptome zu provozieren, was gegen die von Freud verordnete Passivität des Therapeuten verstieß (abgesehen davon, dass Freud selbst von seinem Passivitätsgebot wiederholt abwich). Den Patienten sah er im Großen und Ganzen als einen Menschen, der den Therapeuten zu manipulieren und die Therapie zu torpedieren suche. Es scheint fast, als bleibe von Ferenczi an Positivem nur seine Mahnung, dem Patienten ausreichend Gefühlswärme und Güte zu vermitteln. Er gilt deshalb als Promoter einer »aktiven Technik« in der Psychotherapie. Patienten sollten sich entspannen und regredieren (*Relaxationsprinzip*, 1929), ehe an das Realitätsprinzip und die Versagung in der Therapie gedacht werden könne. Er wollte das Therapiezimmer zu einem Kinderzimmer machen, wo frühkindliche Frustrationen und Versagungen wiederbelebt, abreagiert und annulliert werden. Das war ein folgerichtiger Ausbau der analytischen Theorie und Praxis. Trotz seiner späten Rebellion blieb er ein orthodoxer Freudianer.

## Franz Alexander

Franz Gabriel Alexander wurde 1891 in Budapest geboren. Sein Vater war Professor für Philosophie und einer der führenden Intellektuellen Ungarns seiner Zeit. Budapest galt damals als eines der florierenden kulturellen Zentren Europas. Jeweils am Samstagabend trafen sich Schriftsteller, Journalisten, Professoren, Kreative, Künstler und Schauspieler in der Wohnung der Familie, um die neuesten kulturellen Entwicklungen zu diskutieren. Franz Alexander studierte ab 1909 in Göttingen und Budapest Medizin. Ihn interessierten die biologischen Aspekte der Leib-Seele-Problematik, deren philosophische Hintergründe er bereits in vielen Diskussionen mit seinem Vater kennen gelernt hatte. Er erforschte an Hunden den Sauerstoffverbrauch und die Durchblutung des Gehirns je nach dargebotenem sensorischen Reiz sowie den Sauerstoffverbrauch des Gehirns unter Narkose. Im Ersten Weltkrieg arbeitete er wie so viele Mediziner als Militärarzt. Zurück in Budapest wandte er sich der Psychiatrie und Neurologie zu. Noch interessierte er sich nicht für die Persönlichkeit seiner Patienten. Die Patientenberichte einer jungen Psychiaterin und Freud-Schülerin, die in Alexanders Klinik mit der psychoanalytischen Methode experimentieren durfte, erregten sein Interesse und er begann, sich in psychoanalytische Schriften einzuarbeiten.

Auf diese Weise konnte er langsam einen neuen Zugang zu seinen Patienten gewinnen. Auf Grund seines zunehmenden Interesses an der Psychoanalyse wurden Mitglieder der von Sándor Ferenczi 1913 gegründeten Budapester psychoanalytischen Vereinigung auf Franz Alexander aufmerksam. Zunächst blieb er auf Distanz; eine offene Zuwendung zur Psychoanalyse hätte das Ende seiner wissenschaftlichen Tätigkeit bedeutet. Außerdem war sein einflussreicher Vater gegen die Psychoanalyse, der

er ein ungesundes Interesse am Morbiden unterstellte.

Alexander übersiedelte 1920 nach Berlin. Max Eitingon hatte hier kurz zuvor das weltweit erste Psychoanalytische Institut mit Poliklinik und Ausbildungsinstitut eröffnet. Alexander gehörte zu den ersten Kandidaten. Er wurde von Hanns Sachs »analysiert«, meist bei gemeinsamen Spaziergängen im Park. Alexander wurde Mitarbeiter der Poliklinik. Damit waren die Brücken zur Schulmedizin abgebrochen, aber er hatte seinen spirituellen Hafen gefunden.

Er entwickelte eine rege Vortrags- und Publikationstätigkeit, beteiligte sich an der Ausarbeitung des Curriculums, er analysierte zahlreiche Besucher aus den Vereinigten Staaten und knüpfte erste Kontakte zu seinen späteren Kollegen in den USA. Durch praktische Beschäftigung mit Straftätern entwickelten Alexander und sein früherer Patient Hugo Staub Ansätze einer psychoanalytischen Kriminologie, die sie in ihrem Werk *Der Verbrecher und seine Richter* (1929) darstellten.

Sigmund Freud hielt große Stücke von ihm. Um 1926 lud Freud Alexander ein, sein persönlicher Assistent in Wien zu werden, aber Alexander lehnte ab mit der Begründung, in der unmittelbaren Nähe einer solch übermächtigen Persönlichkeit würde seine Entwicklung zum unabhängigen Denker zum Stillstand kommen. Alexander betrachtete sich selbst im Nachhinein nie als so abhängig von Freud wie dessen Wiener Gefolgsleute. Wie so viele Neofreudianer, die in die USA fliehen mussten, bewunderte er Freud, achtete aber zugleich auf geistige Selbstständigkeit.

Alexander erhielt 1931 eine Einladung zu einer Gastprofessur an der Universität von Chicago. Die dortigen Psychiater zeigten sich zunächst offen ablehnend der Psychoanalyse gegenüber, die sie als unwissen-

schaftlich empfanden, aber Alexander konnte einen Teil von ihnen nach und nach überzeugen. Mit elf Gleichgesinnten gründete er die *Chicago Psychoanalytic Society* und wenig später das *Chicago Institute of Psycho-Analysis* mit angeschlossener Poliklinik. Karen Horney wurde seine Stellvertreterin, was Freud missbilligte. In seinen Augen hatte sie sich zu weit von der klassischen Psychoanalyse entfernt.

Alexander muss eine enorme Anziehungskraft ausgestrahlt haben. Ehemalige Kollegen verweisen in ihren Erinnerungen auf seine jugendliche Vitalität, seinen Humor, seine Kreativität, sein Selbstbewusstsein, seine Fähigkeit zur Integration und seinen Enthusiasmus. Seine Familie aber litt unter dem Arbeitseifer, Ehefrau Anita und die Töchter fühlten sich oft abgewiesen.

Im Chicagoer Institut spiegelten sich die inneren Konflikte der Neopsychoanalyse, die zwischen Innovation und der Bewahrung der reinen Lehre schwankte. Es ging um die Fragen, wieweit die Ausbildung standardisiert werden soll und ob nicht eher auf Flexibilität geachtet werden sollte, man stritt um die Frage, wie viel Theorie assimiliert sein muss, bevor man mit Patienten arbeiten dürfe, und man war uneins darüber, wie viele Stunden Lehranalyse ein Kandidat absolvieren müsse. Alexander fand sich immer auf der unorthodoxen, flexiblen Seite, aber er hatte nicht die Mehrheit hinter sich. Im Alter von 65 Jahren entschied er sich für einen beruflichen Neuanfang in Los Angeles in der psychiatrischen Abteilung des dortigen Mount Sinai-Krankenhauses. Auch außerhalb der Klinik war Alexander wie gewohnt aktiv als Supervisor, Lehranalytiker, Vortragender und Manager von Forschungsprojekten.

In vielen seiner Bücher und Essays wird Alexanders Wunsch nach einer größeren Wissenschaftlichkeit der Psychoanalyse und Psychotherapie deutlich. Psychoneurose war für ihn nicht eine sexuelle Störung, sondern ein Fehlschlag des Individuums,

mit einer gegebenen Situation erfolgreich umzugehen. Traumata im späteren Leben seien genauso an Neurosen beteiligt wie frühkindliche. Psychische Störungen von Soldaten in der Folge des Zweiten Weltkriegs ließen sich eben nicht durch verdrängte Kindheitserinnerungen erklären, sondern durch eine Überforderungssituation, an die sich das jeweilige Ich nicht anpassen konnte. Äußere, objektive Faktoren seien genauso relevant wie innerpsychische Konflikte. Die klassische Analyse im Liegen war für ihn nur für einen begrenzten Kreis von Krankheiten und Patienten geeignet. Außerdem standen Dauer und Erfolg meist in keinem Zusammenhang. Alexander stellte sich ein zielgerichtetes Vorgehen vor, das sich flexibel an den Patienten anpassen sollte.

Dazu müsse der Therapeut aktiver eingreifen. Das bedeutet, dass die Rolle des Therapeuten anders definiert werden musste. Er soll nicht der kühle Chirurg oder der unbeteiligte Spiegel sein, sondern ein warmherziger Mensch, eine reale Person (keine leere Projektionsfläche), welche die Nöte seiner Patienten versteht. Diese Überlegung führte Alexander zum Therapieprinzip der emotional korrigierenden Erfahrung (*corrective emotional experience*). In dem Buch *Psychoanalytic Therapy* (1946) wird das Prinzip der emotional korrigierenden Erfahrung von Alexander erstmals beschrieben und an Hand von Fallbeispielen erklärt.

Nach einer zaghaften Revision des therapeutischen Settings kehrt er zu freudianischen Annahme zurück, dass vor allem Patienten mit schweren chronischen Neurosen frühe Konflikte zwischen sich und ihren Eltern internalisiert und diese als Teil des Über-Ichs in die Persönlichkeit aufgenommen hätten. Im Verlauf der Therapie werde dieser intrapsychische Konflikt zurück in einen interpersonellen Konflikt zwischen Therapeut und Patient transformiert. Mit der Rückkehr zur Hypothese von

der Übertragungsneurose engte er die Vorstellung vom Therapiegeschehen wieder ein.

Die meisten Patienten können sehr wohl zwischen ihren Eltern und dem Therapeuten in seiner Rolle als Therapeuten unterscheiden. Auch gibt es Patienten, die keine schweren, ungelösten Konflikte mit ihren Eltern herumtragen. Das berücksichtigt, wird die »emotional korrigierende Erfahrung« zu einem Sonderfall unter anderen denkbaren Verläufen in einer Therapie. Dieser Sonderfall – den Alexander als regelhaft behandelte – sah so aus, dass die schlechten Erfahrungen des Patienten mit seinen Eltern durch gute Erfahrungen mit dem Therapeuten ersetzt werden sollen. Alexander fokussierte auf die emotionale Erfahrung der Unterschiede zwischen der damaligen und der aktuellen Situation. Der Therapeut sollte z.B. nicht autoritär und einschüchternd sein, wobei angenommen wurde, dass der Vater des Patienten autoritär und einschüchternd war. Das waren sicherlich viele Väter, aber nicht alle, oder sie hatten andere Mängel oder sie waren – aus welchen Gründen auch immer – nicht anwesend.

Alexander (wie auch Otto Rank) wies auf die Gefahr der Abhängigkeit des Patienten bei langen und hochfrequenten Therapien hin. Mit dem Wissen um die lange Dauer einer Therapie werde der Patient sich nicht unbedingt damit beeilen, sich unangenehmen Themen zu stellen und seine emotionalen Konflikte zu lösen. Regressive Tendenzen der Analysanden würden verstärkt. Das Verharren im infantilen Material könne Zeichen von Widerstand sein. Die Analysanden würden instinktiv die Vorlieben ihres Therapeuten erlernen und genau das Material produzieren, das für diesen interessant sein wird. Alexander plädierte für eine flexible Gestaltung von Länge der Therapie und Häufigkeit der Sitzungen, beispielsweise in Abhängigkeit der Ichstär-

ke des Patienten. Das Ziel der Therapie ist für Alexander weder das Füllen von Erinnerungslücken, noch das komplette Verständnis aller ätiologischen Faktoren einer Neurose oder eine besonders tiefe intellektuelle Einsicht. Sobald ein Patient sein Leben bewältigen kann, könne die Psychotherapie ein natürliches Ende finden.

Eine wichtige Aufgabe des Analytikers ist die Beobachtung und, wenn angebracht, systematische Beeinflussung der aktuellen Lebenssituation des Patienten. Alexander hielt nichts von den strikten Grundregeln der klassischen Psychoanalyse, die besagen, dass ein Analytiker seinen Patienten keine Empfehlungen in Bezug auf die Lebensgestaltung geben darf und dass die Patienten während einer Therapie keine wichtigen Lebensentscheidungen fällen sollen. Auch hier fordert er ein flexibleres Vorgehen. Der Analytiker sollte seinen Patienten im Rahmen der Therapie dazu ermutigen, Schritte zu tun, die er zuvor vermieden hatte und neue Erfahrungen in Bereichen zu sammeln, in denen er bisher gescheitert war (Ermutigung ist der Kern der Adler'schen Therapie). Die erfolgreiche Bewältigung einer aktuellen Lebensaufgabe führe zu mehr Selbstbewusstsein. Sie ermutige zu weiteren Schritten und reduziere Minderwertigkeitsgefühle und damit verbundene Ängste.

Im Chicagoe Institut für Psychoanalyse wurde zu Beginn jeder Therapie eine psychodynamische Diagnostik durchgeführt, um im Anschluss einen auf die spezifischen Bedürfnisse des jeweiligen Patienten zugeschnittenen Behandlungsplan zu erstellen. Alexander und French betonten die Wichtigkeit einer ausführlichen medizinischen Untersuchung, sobald ein Patient über somatische Beschwerden klagt. Erst nach Abschluss der organischen Diagnostik könne entschieden werden, ob eine Psychotherapie überhaupt sinnvoll ist. Auch sollte früh herausgefunden werden, welche Er-

wartungen ein Patient an die Therapie hat, welches Ziel er erreichen möchte und wie realistisch diese Vorstellungen sind. Die verschiedenen verwendeten Strategien können sich im Verlauf der Therapie zwar ändern, günstig sei es jedoch, die zu erwartenden Komplikationen in der Behandlung so weit wie möglich vorherzusehen und die damit verbundenen Modifikationen in das Therapiekonzept mit einzubeziehen. Ob eine primär aufdeckende oder eine primär unterstützende Therapie durchgeführt werden soll, hänge jeweils von der Psychodynamik des Störungsbildes und den Lebensumständen eines Patienten ab.

Franz Alexander benannte treffsicher all jene Gefahren der Psychoanalyse, die Freud nicht erkennen konnte oder wollte. Er formulierte und praktizierte Prinzipien der Therapie, die schlicht auf der Hand lagen und die heute von allen tiefenpsychologischen Richtungen wie selbstverständlich angewandt werden. Er erkannte, beschrieb und erforschte den Wert der aktiven und empathischen Therapeutenpersönlichkeit, den der Reedukation des Patienten, den der Einsicht und den der konkreten Lebensverbesserung der Patienten. Letztendlich förderte er eine ökonomische und wissenschaftlich fundierte Psychotherapie, was selbst heute noch nicht von allen Therapeuten akzeptiert wird.

In der aktuellen Literatur finden sich, wenn auch nur vereinzelt, Hinweise auf Franz Alexander, die nicht nur durch Kritik und eine negative Haltung ihm gegenüber geprägt sind. Verschiedene Autoren beginnen, seine Ideen wertzuschätzen. Fast 50 Jahre nach seinem Tod scheint an der Zeit, die von Alexander vorgebrachten Grundgedanken und Konzepte endlich von ihrem Ruf der Ketzerei zu befreien und sie aus einer wertschätzenden Perspektive zu betrachten.

## Objektbeziehungstheoretiker

Einige britische Psychoanalytiker lösten den Begriff des Objekts aus der Umklammerung des psychoanalytischen Triebdogmas und hoben die Eigenständigkeit der Beziehungen zu wichtigen Personen der Umgebung hervor (William R. D. Fairbairn, Harry Guntrip). Fairbairn hat am stärksten die Bedeutung der Triebe für zwischenmenschliche Beziehungen relativiert. Die Objektbeziehungstheoretiker stellten dar, wie sich reale Beziehungserfahrungen in innerseelischen Strukturen niederschlagen: aus verinnerlichten Objektbeziehungserfahrungen werden äußere Beziehungen werden innere Beziehungserfahrungen usw. in einem endlosen Zirkel. »Objektrepräsentanzen« enthalten Erinnerungen, Wünsche, Affekte und Fantasien und bilden so eine Art Muster, andere wichtige Menschen und sich selbst wahrzunehmen und mit ihnen (und sich selbst) in Beziehung zu treten. Alle Erwartungen, Befürchtungen, Handlungen und Fantasien gegenüber wichtigen Bezugspersonen gestalten sich so.

Zu den Objektbeziehungstheoretikern zählt auch Otto F. Kernberg. Er wurde 1928 in Wien geboren, 1938 mussten er und seine Familie nach Chile emigrieren, 1961 übersiedelte er in die USA und später wurde er Direktor des *C. F. Menninger Memorial Hospital*. Seine umfangreichen Schriften befassen sich vor allem mit Narzissmus, Objektbeziehungen und Persönlichkeitsstörungen (Borderline). Nach seinem Modell entstehen gute verinnerlichte Objektbeziehungen als Niederschlag realer positiver Objektbeziehungen (wer hätte das gedacht). Vorgänge verschiedenster Art färben die Wahrnehmung der Objekte. Die Objektrepräsentanten unterteilte er in gute und schlechte. Die guten sind die bedürfnisbefriedigenden, die schlechten laufen den Bedürfnissen des Betreffenden zuwider. Er trat deutlich für ein Aufdecken aggressiver Affekte wie Wut und Neid sowie der Angst vor Abhängigkeit und der dahin-

ter liegenden Konflikte ein. Nach ihm sind die Affekte die Basiselemente der seelischen Prozesse, das primäre Motivations-system. Sie sind auch die Bausteine der Triebe.

Bei den narzisstischen Störungen wird ein schwaches Selbst durch ein Größenselbst gestützt, so dass Selbst- und Objektpräsenzen mit massiven destruktiven Affekten (vor allem Neid) und Minderwertigkeitsgefühlen verbunden sind. Das Problem der narzisstischen Pathologie sei in jedem Fall die Verleugnung der Bedürftigkeit und der Kampf gegen Abhängigkeiten. Solche Bedürfnisse werden abgespalten.

Kernberg unterscheidet drei Ebenen im Niveau der Persönlichkeitsstruktur. Zum höheren Strukturniveau gehören die neurotischen Störungen, zum mittleren passiv aggressive, sado-masochistische und einige narzisstische und infantile Persönlichkeiten. Diese neigen stärker zu Projektionen, einem Nebeneinander von Verdrängung und Spaltung als Abwehr sowie zur Idealisierung und Entwertung. Bei den schweren Persönlichkeitsstörungen ist das Strukturniveau niedrig. Zu ihnen gehören u.a. die Borderline-Störung, Suchterkrankungen und Psychosen. Es sei diagnostisch und prognostisch nötig, das Strukturniveau der Patientenpersönlichkeit zu ermitteln.

### **Donald Winnicott**

Mit der Betonung der Bedeutung der frühen Mutter-Kind-Beziehung wurde Donald Winnicott Vorläufer und Wegbereiter der Objektbeziehungstheorie, der Säuglingsforschung, der Bindungstheorie und der Mutter-Kind-Therapie. Winnicott lernte in London Melanie Klein kennen und kam schließlich unter ihrem Einfluss auch konkret und praktisch zur Psychoanalyse. Er absolvierte seine Lehranalysen bei James Strachey und Joan Riviere und ließ sich zum Analytiker ausbilden. Winnicott war ein bescheidener,

eigenständig denkender aber auch krisengeschüttelter Mensch. Er galt als Exzentriker unter seinen psychoanalytischen Kollegen, da er sich oft unpopulär äußerte und dadurch aneckte.

Sein Schwerpunkt lag im Unterschied zu der Theorie Melanie Kleins, die sich auf die unbewussten inneren Objekte konzentriert, auf der Erforschung der Beziehung zwischen dem Selbst und den äußeren Objekten. Für Winnicott ist der Säugling nicht ohne seine Beziehung zur Mutter denkbar. Er hob die Bedeutung der »haltenden Umwelt« für die Entwicklung der Gefühlswelt des Kleinkindes hervor. Winnicott verdanken wir wichtige Konzepte, die zum Verständnis schwerer früherer Störungen der Persönlichkeitsentwicklung unverzichtbar wurden. Er führte das Konzept des »Übergangsobjekts« ein, die Fähigkeit des Kleinkindes, einen Gegenstand als Substitut für eine wichtige abwesende Person zu verwenden. Diese Fähigkeit ist ein wichtiges Merkmal einer gesunden Entwicklung. Er gab damit Anstöße für das Verständnis der sogenannten Frühstörungen. Auch er trug zu einer Neubewertung der Zeit vor dem Ödipuskomplex bei. In der präödi-palen Phase geht es um Fragen der Sicherheit, des Urvertrauens, der Spiegelung und der Entwicklung basaler Fähigkeiten, welche die Grundlage für die Entfaltung des wahren Selbst bilden. Das Selbst beruht auf den grundlegenden Beziehungserfahrungen, die verinnerlicht werden. Damit knüpften Winnicott wie auch Horney inhaltlich an Adlers frühe Freudkritik an, ohne sich jedoch auf diesen zu beziehen. Wie Adler und Horney ging Winnicott von der primären sozialen Bezogenheit des Menschen aus und nimmt Abstand von der These eines primären Narzissmus oder Autismus. Aggressive Affekte des Säuglings und Kleinkindes sieht Winnicott im Unterschied zu Klein nicht als primäre Feindseligkeit, sondern als Expansion oder »absichtslose Rücksichtslosig-



keit«. Eine Mutter dürfe sich durch die absichtslose Rücksichtslosigkeit ihres Kindes nicht irritieren oder gar zerstören lassen. Sie sollte den Affekten standhalten, indem sie diese als expansive Lebensäußerungen des Kindes begreift und nicht als Feindseligkeit missversteht. Das erinnert an Bions »Containing«-Funktion und zeigt, dass viele Tiefenpsychologen an den gleichen Dingen arbeiteten, nur andere Begrifflichkeiten fanden.

Auf ebenfalls breite Resonanz stießen seine Überlegungen zum »wahren« und zum »falschen« Selbst, was stark an eine ähnliche Konzeption von Karen Horney (siehe dort) erinnert. Bei der Anpassung an eine unzureichende Umwelt entwickelt sich ein falsches Selbst, das wahre Selbst bleibe abgespalten und verborgen. Das wahre Selbst ist schwer zu definieren. Es ist eine Hypothese oder vielmehr eine Hoffnung und ein Versprechen. Es äußert sich als ein Gefühl von innerer Lebendigkeit und bedeutet so viel wie Authentizität und Spontaneität. Manchmal weist der Selbst-Begriff Anklänge an das »Es« Georg Groddeck's und den »Willen« Artur Schopenhauers auf. Das wahre Selbst entwickle sich, indem es zur äußeren Realität und zu anderen Menschen Beziehung aufnimmt. Ein werdender Mensch verinnerliche Beziehungs- und Welterfahrungen, die sein Innenleben ausmachen und es stabilisieren. In diesem Zusammenhang kommt das Wort *holding* zum Tragen: Das Selbst des Kleinkindes wachse durch das Gehaltensein durch die Mutter, die störende Einflüsse abhalten sollte. Hierfür brauche es Momente der Stille, des Innehaltens und des Geschehenlassens. Das Paradoxon des wahren Selbst liegt nach Winnicott in der Gegensätzlichkeit der Bedürfnisse, sich einerseits verbergen und schützen, andererseits zeigen und wirken zu wollen. Durch Traumata wie Reizüberflutung, Bedrängung oder starke Affekte der Bezugspersonen kann die Entfaltung des wahren Selbst an der Wurzel geschädigt werden. Dann bildet

sich ein falsches oder Pseudoselbst. Die Mutter soll sich an das Kleinkind anpassen, nicht umgekehrt.

Winnicott entwickelt zudem ein eigenständiges Modell für die Psychotherapie. In der Beziehung zum Therapeuten soll nachgeholt werden, was in der Beziehung zur eigenen Mutter nicht gelingen konnte (das erinnert stark an Ferenczi). Damit rückt die Beziehung zwischen Patient und Therapeut in den Vordergrund und wird als Unterstützung des natürlichen Entwicklungsprozesses des Patienten verstanden. Die Konsequenz, die sich für Winnicott aus diesen Gedanken ergibt, ist, dass es in der Therapie weniger um Aufdeckung und Deutung, sondern um Arbeit an der therapeutischen Beziehung geht. Wichtigstes Ziel sei es, die Selbstentwicklung des Patienten in Gang zu setzen. Der Analytiker sollte sich bemühen, mit dem wahren Selbst des Patienten in Kontakt zu kommen. Entwicklungsängste und die Verleugnung des wahren Selbst sollen besonders dadurch aufgehoben werden, dass schwer erträgliche Affekte und Fantasien in der Gegenübertragung weiterverarbeitet und transformiert werden (das ist bei Bion das Containing). In der Therapie könne der Patient eventuell erleben, dass er trotz seiner unangepassten Affektivität vom Therapeuten wie eine Mutter gehalten wird (eine emotional korrigierende Erfahrung). Winnicott knüpfte mit dieser Therapievorstellung an jene Kontroverse an, die in den späten 1920 Jahren zwischen Freud und Ferenczi stattgefunden hatte (siehe das Kapitel über Ferenczi).

Obwohl Winnicott an manchen Stellen einen mystifizierenden und ansatzweise auch monadischen Selbstbegriff hat, erkennt er die Bedeutung des Selbstseins und zeigt das Bedrohtsein der Individualität in unserer Zeit. Mit seiner Idee vom Übergangsobjekt begründet er den Zusammenhang vom Selbstsein und Kulturfähigkeit und zeigt Entwicklungsmöglichkeiten auf,

die in schöpferischer Fantasie und Kulturarbeit liegen. Er arbeitete bis zum Ende seines Lebens als Kinderanalytiker und publizierte zahlreiche Werke zur Entwicklungspsychologie und Kindertherapie. 1956 wurde Winnicott Präsident der britischen Psychoanalytischen Gesellschaft. Er starb 1971 nach einem arbeitsreichen und produktiven Leben in London. Es stellt sich allerdings grundsätzlich die Frage, ob es sinnvoll ist, das Selbst in ein wahres und ein falsches aufzuspalten. Sind wir nicht in jedem Moment immer irgendetwas *zwischen* dem wahren und dem falschen Selbst?

### Säuglingsforscher

Mit Winnicott waren weitere Ideen zu einer förderlichen und einer gehemmten frühkindlichen Entwicklung in die Welt gekommen. Andere Tiefenpsychologen wandelten auf der gleichen Bahn. René A. Spitz, auch er ein Wiener, beschrieb die »anaklitische Depression als Hospitalismus-schaden«, der entsteht, wenn Kinder in Kliniken von der mütterlichen Gefühlszufuhr abgeschnitten werden. Auch Margaret Mahler untersuchte die Reaktionen von Kindern auf Trennungen von ihren Müttern. Sie bezog sich dabei auf die Ich-Psychologie und schuf eine Theorie der Individuation, die das Verständnis der frühen Störungen vertieft hat.

Mahler gilt damit als eine weitere Pionierin der Säuglings- und Kleinkindbeobachtung. Ihre Entwicklungsmodell, dargelegt in *Die psychische Geburt des Menschen. Symbiose und Individuation* (zusammen mit Pine und Bergmann, New York 1975, dt. 1978), besteht aus einer objektlosen Phase des »normalen Autismus«, einer Phase der Symbiose, in der das Selbst und die Mutter eine Einheit bilden, eine mehrfach in sich gespielte Phase der Differenzierung, in der das Kind sich aus der Mutter-Kind-Dyade

löst, und einem Stadium der Objekt Konstanz, in welchem das Kind ein Mutter- bzw. Elternbild in sich aufgenommen hat. Das psychoanalytische Konzept einer autistischen und symbiotischen Kleinphase wurde durch die moderne Säuglingsforschung revidiert, doch bildete Mahlers Modell über längere Zeit die entwicklungspsychologische Grundlage für die Diagnostik früher Störungen. Ihr Entwicklungsmodell hat mit Freuds Entwicklungsphasen kaum noch etwas zu tun.

Psychoanalyse und neuere Babyforschung weisen eine Reihe von Unterschieden in der Herangehensweise auf, was erhebliche Konsequenzen hat. Während die Psychoanalyse bekanntlich postuliert, dass Pathologie und Normalität nur gradweise voneinander unterschieden sind, die Pathologie oft nur eine besondere Ausprägung allgemeiner und normaler Eigenschaften ist, macht die Säuglingsforschung die normale Interaktion zwischen Mutter und Kind zum Hauptuntersuchungsgegenstand. Und während die Psychoanalyse Wachstum und Entwicklung unter dem Gesichtspunkt des Gegeneinanders, des Konflikts von Kräften betrachtet, resultiert für die Säuglingsforschung Wachstum und Entwicklung aus einem Zusammenspiel von auf Anpassung und Harmonie ausgerichteten Kräften. Dies widerspricht dem Menschenbild der klassischen Psychoanalyse, die in ihrer Triebtheorie von einer angeborenen Asozialität des Säuglings ausgeht, und unterstreicht die Herangehensweise der Individualpsychologie, die eine angeborene Sozialität postuliert.

Mit dem New Yorker Daniel N. Stern begann in den 1980er Jahren der eigentliche Durchbruch zur modernen psychodynamisch orientierten Säuglingsforschung auf empirischer Basis. Sie belegt, dass der Säugling schon von Anfang an eine gewisse Fähigkeit hat, zwischen sich und dem Anderen (dem Objekt) zu unterscheiden. Danach

besteht die erste Entwicklungsaufgabe in der Bindung an die Bezugsperson und nicht in der Ablösung von ihr. Für Stern ist die Beziehung eine Matrix, aus der lebenslang Bezogenheit und Sicherheit geschaffen werden, die mit dem Selbstgefühl korrespondieren.

Laut Stern entstehen das Gefühl eines intersubjektiven Selbst und das von intersubjektiver Bezogenheit im Alter zwischen 7-9 bis 15-18 Monaten. Das Kind entdeckt, dass es innere Erfahrungen mit einem anderen teilen und kommunizieren kann. Es entsteht ein gemeinsamer Aufmerksamkeitsfokus zwischen Mutter und Kind. Das Kind schaut auf das Gezeigte und, wenn es dies gesehen hat, wieder zurück zur Mutter; dies geht über einen gemeinsamen Aufmerksamkeitsfokus hinweg und ist ein Versuch zu überprüfen, ob der gemeinsame Fokus erreicht ist. Darin dokumentiert sich das Bedürfnis, die eigene Wahrnehmung mit anderen zu teilen. Dies gilt auch für Affekte und Gefühle. Zeigt man Kindern mit neun Monaten Objekte, die Unsicherheit erzeugen, schwanken sie zwischen Furcht und Neugier. Sie schauen zur Mutter und je nachdem, wie ihre Reaktion ausfällt, übernehmen sie diese.

Das Kleinkind kann ab neun Monate mütterliche Gefühle lesen und es ist darüber hinaus in der Lage, sie auf sich selbst zu beziehen. Vorher war es von elterlichen Affekten nur irgendwie betroffen, zum Guten oder Schlechten, nun empfindet es sich als Adressat von Mitteilungen und richtet seine eigenen Gefühle nach diesen Mitteilungen aus. Stern ist der Meinung, dass die ersten Verinnerlichungen solche von gelungenen oder misslungenen interaktiven Regulationsprozessen sind. Steuerndes und aufdringliches Verhalten der Betreuungsperson, das heißt die Einmischung in die selbstregulierenden Verhaltensweisen des Kleinkindes, indem größerer Kontakt erzwungen wird, gehört zu den häufigsten falschen Erziehungsmaßnah-

men. Bedrängen raubt dem Kind die Möglichkeit zu erfahren, dass es seinen inneren Zustand mit Erfolg regulieren kann. Einzelne verpasste Lerngelegenheiten bedeuten noch nicht viel, aber chronische Erfahrungen lassen das Kind entnehmen, dass seine (mimischen) Gefühlsbekundungen nicht in der Lage sind, die Welt zu verändern, oder die Sachlage noch verschlimmern. Das auftauchende Selbst der ersten drei Monate und das Kernselbst mit seinem Erleben als Urheber (bis zu neun Monaten) sind vor allem körperlich. Daraus entwickelt sich das subjektive Selbst (bis zu 18 Monaten) und das verbale Selbst, das während des ganzen Lebens erhalten bleibt. Es gründet in der Erfahrung, selbst am Weltprozess gestaltend teilzuhaben.

Stern war zuletzt Psychologieprofessor an der Universität Genf (Schweiz). 30 Jahre lang beobachtete er Säuglinge und Kleinkinder, was die Vorstellungen über kleinkindliches Erleben wesentlich erweiterte und präzierte. Die Bücher des Amerikaners, der früher in Harvard, dem *National Institute of Health* und der Columbia University arbeitete, wurden auch ins Deutsche übersetzt, darunter das *Tagebuch eines Säuglings* (1991), *Mutter und Kind - Die erste Beziehung* (2000) und *Die Lebenserfahrung des Säuglings* (2003). Der Heidelberger Martin Dornes machte Daniel Stern mit *Der kompetente Säugling* (1993) in Deutschland bekannt.

Dornes arbeitete (durch den theoretischen Vergleich psychoanalytischer Spekulationen mit der empirischen Säuglingsforschung) mit daran, den Mythos vom autistischen, naziförmigen, inkompetenten, passiven, einzig lustsuchenden Säugling zu Grabe zu tragen. Auch das von Margret Mahler ausgearbeitete Symbiose-Konzept wird von der neueren Forschung nicht gestützt, sondern widerlegt: weil in ihm nicht ausreichend berücksichtigt wird, dass der Säugling schon in der frühesten Interaktion ein aktiver, initiativer und kompe-

tenter Partner ist. Die Entwicklung läuft auch nicht von der Symbiose zur Separation, wie Margret Mahler meinte, sondern Separation existiert von Anfang an und wird parallelisiert von Ganzheitserlebnissen, die nicht symbiotisch sind. Im sicheren Gefühl der Getrenntheit wird die Gemeinsamkeit erst richtig schön, meint Dornes. Und er stellt sich gegen die in der Psychoanalyse teilweise als wertvoll eingeschätzten Ansätze von Melanie Klein.

Die psychoanalytische Auffassung, das Affektleben des Säuglings sei undifferenziert oder diffus, müsse aufgegeben werden, so Dornes. Es ergebe sich vielmehr das Bild eines von Lebensbeginn an reichhaltig differenzierten Gefühlslebens: Freude, Interesse und Neugier, Überraschung, Ekel, Ärger, Traurigkeit, Furcht, Scham und Schuld seien die von der Natur mitgegebenen Basisaffekte. Der Konservatismus des Seelenlebens, den Freud auf die beharrende Natur der Triebe, ihre Trägheit, Zähigkeit und Klebrigkeit zurückführte, und die ihn bezüglich der Erfolgchancen der psychoanalytischen Therapie am Ende seines Lebens zu pessimistischen Schlussfolgerungen veranlasste, beruht laut Dornes nicht auf den Eigenschaften der Triebe und nicht auf dem letztlich im Todestrieb wurzelnden Wiederholungszwang, sondern auf der konservativen Natur mentaler Repräsentationen. Erfahrung hat für das Kleinkind deutlich das Merkmal der Unvermeidlichkeit: Sie kann unmöglich anders sein als so, wie sie ist.

Ein weiteres Kapitel bei Dornes behandelt die andere Seite der Dyade: die Fantasien der Eltern. Diese Fantasien setzen sich in Interaktion um und können den präverbalen Dialog entgleisen lassen. Dornes meint, die psychoanalytischen Säuglingsforscher würden zu wenig die gestaltende Kraft elterlicher Fantasien berücksichtigen. Solche Übertragung macht aus dem realen Kind ein phantastisches. Durch die Fanta-

sieaufladung verschwindet die Realität des Kindes. Es wird beispielsweise gefüttert, obwohl es keinen Hunger hat. Die Mutter füttert sich selbst. Das Kind lehnt diese Übertragung ab und bringt sich im Erbrechen und den Fütterungsschwierigkeiten als reales Kind gegen das Phantasma der Mutter zur Geltung. Je drängender unbewusste Fantasien und Nöte der Eltern, desto mehr werden kindliche Signale subjektiv verzerrt wahrgenommen. Ein auf Distanz und frühe Selbstständigkeit gerichteter Interaktionsstil der Mutter (der vom Vater unterstützt wird) wird möglicherweise ein von Trennungsangst geplagtes, unselbstständiges Kind hervorbringen. Durch die Abwehr von Nähe, die die Mutter braucht, kann das Kind kein Urvertrauen entwickeln. Bedeutungszuschreibungen sind freilich keine Eigenart neurotischer Eltern, sondern ein universaler Prozess. Eltern machen durch den Prozess der Bedeutungszuschreibung aus dem kindlichen Organismus eine Person. Die Evolution hat Säuglinge geschaffen, die ihre Eltern verleiten, sie als intelligenter zu behandeln, als sie wirklich sind; und nur weil Eltern sich auf diese Fiktion einlassen, wird sie tatsächlich wahr.

Weitere Experimente mit Kindern führten zu der These, dass nicht nur Trieb und Körperlust, sondern auch Entdeckerlust und das Gefühl, in der Außenwelt sinnvolle Zusammenhänge bewirken und erkennen zu können, zentrale Motivatoren von Lebensbeginn an sind. Beispiele zeigen, dass die Entdeckung des Zusammenhangs zwischen eigener Aktivität und Veränderung in der Außenwelt einen mächtigen motivierenden Einfluss auf den Säugling hat. Dabei ist nicht der Effekt von Bedeutung, sondern die Entdeckung, dass eigene Anstrengung etwas bewirkt. Der Zusammenhang wird *Kontingenz* genannt. In der Psychopathologie können narzißtische Traumen mit Erfahrungen von Nicht-Kontingenz zusam-

mengedacht werden. Nicht-Kontingenz-Erfahrungen können zu Depression führen. Dabei spielt nach neuerer Forschung nicht Über-Ich-Aggressionen gegen das Ich, sondern ein primärer Erschöpfungszustand des Ich als Reaktion auf eine nicht zu verändernde katastrophale Situation die ätiologisch herausragende Rolle.

Vor dem Hintergrund der Kontingenzerfahrung verändert sich das Bild des Patienten. In dieser Sichtweise ist er nicht in erster Linie regressiv und von dem Wunsch beherrscht, vergangene Befriedigung oder Versagungen mit dem Analytiker zu wiederholen, als vielmehr (wie der Säugling) aktiv und planmäßig damit beschäftigt, verborgene Zusammenhänge zu entdecken und vergangene und neue Probleme zu meistern.

Die untersuchten Entwicklungsvariablen und ihre individuelle Ausprägung erbrachten keine durchgängige Vorhersagekraft für das zwei- oder dreijährige Kind. Kommunikationsstörungen der frühen Kindheit determinieren nicht spätere Neurotizismen, können vielmehr erstaunlich flexibel verarbeitet werden. Das herkömmliche psychoanalytische Entwicklungsmodell implizierte noch eine Kontinuität und eine lineare Entwicklung. Die Babyforschung bedeutet auch an diesem Punkt eine Kritik der Psychoanalyse.

Die Forschung bestätigte die Untersuchungen der Briten John Bowlby und Mary Ainsworth. Ihre Bindungstheorie wurde von der Psychoanalyse lange ignoriert, Bowlby wurde geschnitten; er starb als Außenseiter der psychoanalytischen Gemeinschaft. Nach Bowlby können wir durchaus von einem biologisch fundierten Bindungssystem beim Säugling sprechen. Es veranlasse den Säugling, die Nähe seiner Bezugspersonen zu suchen und durch ein Repertoire von angeborenen Verhaltensweisen (wie Lächeln, Weinen, Anklammern) Nähe und ein Gefühl von Sicherheit herzustellen. Die Feinfühligkeit der bemutternden Personen

entscheidet über die sich entwickelnde Beziehungsfähigkeit des Kindes. Ainsworth unterschied das sichere, das unsicher-vermeidende und das unsicher-ambivalente Bindungsverhalten.

Vieles wiederholt sich: Bowlby setzte seinen Therapieschwerpunkt mehr auf die aktuellen Lebensschwierigkeiten als auf die Aufarbeitung unbewusster Kindheitserinnerungen wie es in der klassischen Psychoanalyse. Zum Beispiel bezog er bei einem hyperaktiven Knaben auch die unter psychischen Problemen leidende Mutter in die Behandlung ein. Bowlby war überzeugt, dass reale frühkindliche Erlebnisse in der Beziehung zu den Eltern die Entwicklung eines Kindes grundlegend bestimmen können. Die Neopsychoanalyse bewegt sich immer weiter weg vom Ödipuskomplex und der Sexualität. Eigene Kindheitserfahrungen, seine Lehrtätigkeit mit den verhaltensauffälligen Schülern und die klinischen Erfahrungen über die hohe Zahl von stark zerrütteten frühen Mutterbindungen bei jugendlichen Dieben lenkte seine Aufmerksamkeit auf die Auswirkungen von Trennungen. 1958 legte er in seiner Schrift *The nature of the child's tie to his mother* erstmals dar, dass es ein biologisch angelegtes System der Bindung gibt, das die Entwicklung der emotionalen Beziehung zwischen Mutter und Kind steuert.

Mary Ainsworth wiederum entwickelte Ende der 1960er Jahre mit dem »Fremdeln-Test« (*Strange Situation Test*) ein Setting zur Erforschung kindlicher Bindungsmuster. Bei der ersten Gruppe mit sicherer Bindung fand das von Bowlbys Bindungstheorie vorhergesagte ausgewogene Wechselspiel zwischen Nähe suchen und Erkundung statt, wobei die Mutter als sichere Basis dient.

Peter Fonagy (*Bindungstheorie und Psychoanalyse*, 2001, deutsch 2003) und Martin Dornes (*Die emotionale Welt des Kindes*, 2000) haben die Befunde der Säuglingsforschung übersichtlich referiert.

## Heinz Kohut

Im Mittelpunkt der tiefenpsychologischen Lehre Heinz Kohuts stehen die Begriffe *Narzissmus* und *Selbst*. Kohut unterscheidet einen gesunden Narzissmus als Ausdruck eines starken, lebensfähigen Selbst, das seine Fähigkeiten erweitern und seine Bedürfnisse befriedigen will, von einem pathologischen Narzissmus eines schwachen Selbst, das nur über die Vortäuschung der eigenen Grandiosität stabilisiert werden kann.

Kohut wurde in Wien geboren, wo er Medizin studierte und eine Analyse bei August Aichhorn absolvierte. Nach dem Anschluss Österreichs 1939 emigrierte er nach London, und 1940 übersiedelte er nach Amerika, wo er in Chicago an dem von Franz Alexander gegründeten Institut seine Ausbildung zum Psychoanalytiker beendete. Kohut war diesem Institut viele Jahre als Ausbilder verbunden. 1944 wurde Kohut Neurologe und 1947 zusätzlich Facharzt für Psychiatrie. Später erhielt er einen Lehrstuhl für Psychiatrie an der Universität Chicago. Ab 1956 entwickelte Kohut seine Narzissmustheorie, die eine Innovation in der Psychoanalyse bedeutete und ihn weltbekannt machte. Kohut stellte in seinen Hauptwerken: *Narzissmus* (1971), *Die Heilung des Selbst* (1977) und *Wie heilt die Psychoanalyse* (1984) das Selbst des Menschen in den Mittelpunkt und nahm eine vom Selbst ausgehende, eigenständige Entwicklung des Menschen an. Seine Ansichten führten zu tiefgreifenden Konflikten mit orthodoxen Freudianern und ihren Organisationen.

Nach der Auffassung Kohuts besteht ein lebenslanges Bedürfnis nach empathischem Gesehen- und Anerkanntwerden. Das Scheitern dieses empathischen Spiegelungsprozesses liegt zahlreichen pathologischen Phänomenen zu Grunde, bis hin zur Gewalt. Ein innerfamiliäres, neurotisches

Gleichgewicht wird auf Kosten des Kindes aufrechterhalten, das – überlastet – sich zum Neurotiker oder Delinquenten entwickelt. Ursprünglich wollte Kohut die Strukturtheorie Freuds durch seine Selbstpsychologie ergänzen. Setzt man Selbst mit Ich gleich, so könnte man Kohut zu den Ich-Psychologen zählen. Kohut aber ging weiter. Er entwickelte einen ganz eigenen Ansatz, der die psychoanalytische Triebtheorie in den Hintergrund rückte. Sah Freud als bestimmende Motivation das Lustprinzip und die hiermit verbundene Verminderung von Spannungen, so ist es aus Sicht Kohuts das in den zwischenmenschlichen Beziehungen geborene *Selbst*, das zum organisierenden Faktor des Seelischen wird. Diese zentrale These Kohuts, die bereits von Adler, Horney, Winnicott und anderen formuliert wurde, ist inzwischen durch Erkenntnisse der Säuglingsforschung bestätigt worden. Im vorangegangenen Kapitel wurden Erkenntnisse der Säuglingsforschung kurz vorgestellt. So geht der Säuglingsforscher Daniel Stern davon aus, dass nicht Spannungslosigkeit – im Sinne von Befriedigung der Triebregungen – sondern optimale Stimulation im Zusammenspiel mit den zentralen Bezugspersonen vom Kleinkind benötigt und angestrebt wird. Aus neurobiologischer Sicht kann ergänzt werden, dass die genetischen Anlagen (die sieben Basisaffekte) eines Säuglings nur dann ihr Potenzial entwickeln und zur Ausreifung kommen, wenn sie durch vielfältige soziale Austauschprozesse mit der Umwelt bedient und in Gang gehalten werden. Auch Stern nimmt an, dass in erster Linie die Selbstempfindung den Aufbau der Person im Sinne einer Autopoiesis organisiert.

Kohut zufolge erkrankt der Mensch nicht so sehr durch Konflikte zwischen seinen unsocialisierbaren Trieben und den Forderungen der Kultur und der Gemeinschaft, sondern durch einen Mangel an empathischer

Grunderfahrung in seinen zwischenmenschlichen Beziehungen besonders in der Kindheit. Dieser Ansatz hat anthropologische Dimensionen. Die Tragik des modernen Menschen bestehe in der Schwierigkeit der Aufgabe der Selbstverwirklichung und der Möglichkeit ihres Scheiterns. Und erneut ergeben sich weitreichende Änderungen in der Therapie. Der Schwerpunkt liegt auf der Bearbeitung der *gegenwärtigen* Affekte und Gefühle und auf der gleichwertigen Beziehung zwischen Patient und Therapeut.

Innerhalb des Werkes von Kohut ist eine Entwicklung von einer eher pathogenetischen zu einer salutogenetischen Betrachtung des Selbst zu verzeichnen, die besonders in seinem Buch *Die Heilung des Selbst* (1977, deutsch 1979) zum Ausdruck kommt. Im Zentrum eines gesunden Selbst steht laut Kohut dessen Kohärenz, Vitalität und Harmonie. Er beobachtete freilich, dass es seinen Patienten gerade daran fehlte und stattdessen Leeregefühle, Unzufriedenheit mit sich selbst, Mangel an innerer Stabilität, Selbstunsicherheit, hohe Kränkbarkeit, Arbeitsstörungen und Sinnlosigkeitsgefühle dominierten. Er bezeichnete diese Symptomatik als narzisstische Persönlichkeitsstörung.

In *Narzissmus* (1971, deutsch 1976) stellt Kohut seine Abwendung von dem klassisch psychoanalytischen Verfahren dar. Wie schon andere Neoanalytiker vor ihm erkannte er, dass die Empathie des Therapeuten grundlegend ist. In der Therapie sollten Kränkungsgefühle schonend durcharbeiten und das fragile Selbst des Patienten gestärkt werden. Dies bedeutet ein Nachholen von in der frühesten Kindheit unterbliebenen Spiegelungserfahrungen, die bei gesunder Entwicklung an der Wurzel der Selbstentwicklung stehen. Das erinnert stark an Ferenczi. Kohut formulierte mit dem unsicheren, fragmentierten Selbst ein Phänomen, in dem sich zahlreiche Menschen unserer Zeit wiedererkennen

konnten. Die orthodoxe Psychoanalyse (Anna Freud, Kurt Eissler) dankte es ihm mit Ächtung. Sie reagierte vielleicht auf die narzisstische Kränkung, auf ein Phänomen gestoßen zu werden, dass die frühe Psychoanalyse vernachlässigt hatte. Freud hatte dekretiert, dass Narzissten wegen der fehlenden Übertragungsfähigkeit betroffener Patienten nicht therapierbar seien.

Kohut nahm die gewichtige Unterscheidung eines gesunden Narzissmus im Sinne eines kräftigen Selbst, das seine Fähigkeiten erweitern kann, von einem pathologischen Narzissmus, der auf einem geschwächten Selbst beruht, vor. Pathologischer Narzissmus steht im Zentrum der narzisstischen Persönlichkeit, die in der Tat schwer zu behandeln ist. Meist schaffen sie es gar nicht bis zu einem Therapeuten, weil ihr Gefühl der Grandiosität und Unverwundbarkeit ihnen einen solchen Schritt nicht nahelegen.

Kohut jedenfalls nahm den gesunden Narzissmus, die angemessene Selbstachtung, in den Blick, erkannte aber einen mächtigen Widerstand dagegen im christlichen Wertesystem, welches von Bescheidenheit, Armut und Altruismus geprägt ist. Im Christentum werden Stolz und Selbstliebe tendenziell tabuisiert, entwertet oder pathologisiert, während beispielsweise in der Antike Selbstachtung und Stolz als hohe Werte galten. In der Neuzeit überwiegt eine klinisch-pathologisierende Perspektive, die bis heute der Frage nach einem gesunden Narzissmus, dem aufblühenden Selbst und der Selbstentfaltung einen manchmal fast unanständig anmutenden Beigeschmack verleiht. In den 1970er Jahren wurde der Narzisst als »neuer Sozialisationstyp« breit und kontrovers diskutiert.

Erziehung gibt einigen Kindern eine zu geringe Chance für eine gesunde Vermittlung zwischen ichhaften Impulsen (Eigenliebe) und wirhaften Anteilen (Gemeinschaftsgefühl). Liebesunfähigkeit der Eltern treibt das Kind in einen Ambivalenzkonflikt

von Liebe und Hass hinein. Das Kind kann nicht gegen die versagende Mutter handeln, weil es ja von ihr abhängig ist, es kann aber auch nicht von seinen kommunikativen Impulsen lassen. Neben dem vitalen Impuls muss das Kind auch die Angst vor den Eltern unterdrücken. Die Ambivalenz wird das Grundmerkmal späterer Beziehungen. Ambivalenz ist charakterisiert durch das Erlebnis der Verunsicherung. Die jedem bekannten ambivalenten Gefühle können sich bis zu jenen schweren Konfliktzuständen steigern, in denen der Betreffende weder ein noch aus weiß: Lähmung, Borderline-Störung, Schizophrenie oder Impulskontrollverlust.

Diesen Kleinkindern stehen, in der Sprache Kohuts, kein spiegelndes und kein idealisierbares Selbstobjekt zur Verfügung. Überstimulierungen und Lethargie bzw. gemischter und abwechselnder Zustände sind Manifestationen von Persönlichkeitsstörungen der Eltern. Die Überstimulierung durch übergroße elterliche Nähe und Sorge ist ebenso ein entscheidender Faktor für Störungen wie die vernachlässigende Unterstimulierung oder das Ausagieren eines neurotischen Konflikts mit Hilfe des Kindes.

Wie könnte eine gesunde Entwicklung aussehen? Kohut ging bei der Erfassung der Entwicklung des Selbst zunächst retrospektiv vor: Er schloss von Patientenerinnerungen und durch eigene Erfahrungen mit Übertragung und Gegenübertragung bei narzisstischen Patienten auf die ursächliche Selbstpathologie. Von hier aus leitete er ab, wie sich eine gesunde Selbstentwicklung vollziehen könnte. Sie zielt auf ein ausgeglichenes Selbstwertgefühl. Dieses äußert sich als gesunder Ehrgeiz, der auf inneren Idealen und Werten beruht, die dem Menschen eine sichere innere Orientierung verleihen. Ein selbstbewusster Mensch hat Freude an seiner Arbeit und seinem Erfolg und verfügt über die Fähigkeit, sich zu begeistern und sich seinen Aufgaben hinzu-

geben. Auch Einfühlung, Empathie, Produktivität, Humor und Weisheit sieht Kohut als Zeichen gelungener narzisstischer Entwicklung an.

Kohut verknüpfte in seinen differenzierten Ausführungen, die hier nur angedeutet werden können, verschiedene, schon erwähnte Strömungen der Tiefenpsychologie. Er konnte auf viele Arbeiten von Neopsychoanalytikern, insbesondere den Säuglings- und Kinderforschern, aufbauen.

Kohut spricht hier mit einer bekannt gewordenen Formulierung vom Glanz oder »Aufglänzen« im Auge der Mutter, was eine grundsätzliche Bejahung des Kindes zum Ausdruck bringt. Er vertrat noch die ältere These von der Mutter-Kind-Einheit in den ersten Lebensmonaten, die heute als überholt gilt. Aber er beschrieb (wie später Erik Erikson) eine gelungene, gesunde Entwicklungsmöglichkeit, die nicht nur theoretisch erhellend war, sondern auch praktische Hinweise zur Kindererziehung gibt. Die freudige Reaktion der Mutter auf ihr Kind bedeutet eine »narzisstische Speisung«; es fühlt sich geliebt und gewinnt den nötigen Mut für die anstehenden Reifungsschritte. Damit ist es zunehmend weniger auf die spiegelnde Bestätigung der Mutter angewiesen.

Der zweite Bestandteil des sich entwickelnden Selbst besteht aus dem Bedürfnis (oder die Notwendigkeit), die Eltern zu idealisieren. Bei der gelungenen Entwicklung der idealisierten Elternimago wird die übermäßige und unrealistische Idealisierung, die das schwache kindliche Selbst zunächst stützt, Schritt für Schritt aufgegeben. Diese allmählich sich vollziehende Entidealisierung ist nur dann möglich, wenn das Kind in seinem Selbst kräftig genug ist, die Enttäuschung darüber zuzulassen, dass die Eltern nicht perfekt sind. Dies ist meist erst dann der Fall, wenn ein Kind zunächst



sein Idealisierungsbedürfnis befriedigen konnte.

In *Die Heilung des Selbst* (1977, deutsche 1979) erweitert Kohut seinen Selbstbegriff unter anderem um Strukturelemente des Selbst. Der erste Pol bestehe aus Strebungen nach Macht und Erfolg. Dieser Pol schließt das Größenselbst ein. Der zweite Pol besteht aus idealisierten Zielen und entwickelt sich aus idealisierten Elternimages. Der dritte Pol beinhaltet grundlegende Begabungen und Fähigkeiten, die durch den Spannungsbogen aktiviert werden, welcher sich zwischen dem Ehrgeiz und den Idealen herstellt.

Kohuts Selbsttheorie hat natürlich auch Auswirkungen auf die Therapie. Das Ziel seiner therapeutischen Bemühung besteht in der Stärkung des geschwächten Selbst. Die in der Kindheit ausgebliebenen Spiegelungs- und Idealisierungserfahrungen sollen nachgeholt werden. Es sei aber völlig unmöglich, dass der Therapeut alle Spiegelungswünsche erfüllt, und auch die Idealisierung sollte sich in Grenzen halten. Eine Schwierigkeit der Therapie besteht darin, dass der Patient vom Therapeuten bedingungslos bestätigende Zuwendung erwartet. Der Therapeut sollte diesem Bedürfnis nachkommen, zugleich es aber auch deuten und durcharbeiten, damit der Patient seine Größenfantasien in sein Selbst integrieren kann. Im Verlauf der Therapie lernt der Patient hoffentlich eine reifere Form der Beziehung zum Therapeuten aufzubauen.

Kohut entwickelte im Unterschied zu Freud keine Kulturtheorie oder Kulturkritik. Gesellschaftskritisch argumentierende Psychoanalytiker warfen ihm deshalb vor, er verleugne den Widerspruch zwischen Individuum und Gesellschaft und fördere damit eine regressive Haltung, die sich als eine unrealistische Fantasie »Zurück ins Paradies« anmute. Tatsächlich wies Kohut deutlich darauf hin, dass bestimmte kulturelle Faktoren in unserer gegenwärtigen Gesell-

schaft für die Zunahme von narzisstischen Störungen und Selbstwertproblemen verantwortlich gemacht werden können: Kinder seien der elterlichen Persönlichkeit und deren allfälligen Pathologien in Kleinfamilien viel stärker ausgesetzt als in Großfamilien; in heutigen Kleinfamilien seien Kinder eher unterstimuliert; in Kleinfamilien seien sie öfter einsam und stärker auf sich selbst angewiesen; an die Stelle lebendiger Beziehungen seien moderne Medien getreten.

Offen muss bleiben, ob Kohut wirklich einen neuen, westlichen Sozialisationstypus oder eher eine kleine Untergruppe aus dem reichen Spektrum seelischer Störungen beschrieben hat. Und es bleibt fraglich, ob es so etwas wie ein festes Selbst, ein Kernselbst, wie Kohut es bezeichnete, überhaupt gibt oder geben kann. Seine Unterscheidung von gesundem und pathologischem Narzissmus jedoch scheint nützlich und erhellend. Kohut erlag 1981 in Chicago einem Krebsleiden.

### **Karen Horney**

Die in Blankenese an der Elbe bei Hamburg geborene Karen Horney, Tochter eines norwegischen Kapitäns und einer holländischen Mutter, erregt unser besonderes Interesse, weil sie mit die erste Frau ist, die abweichend von Freud in der Psychoanalyse eigene Wege verfolgte. Als eine der ersten Frauen überhaupt studierte sie in Freiburg und Berlin Medizin, heiratete den Wirtschaftsstudenten Oskar Horney und brachte noch als Studentin 1911 ihre erste Tochter Brigitte (die spätere Schauspielerin Brigitte Horney) zur Welt. Carl Müller-Braunschweig, der wie sie später Psychoanalytiker wurde, war ihr Studienkollege. 1915 promovierte sie bei Karl Bonhoeffer über Psychosen nach Kopfverletzungen. 1919 eröffnete sie in Berlin eine eigene Praxis als Psychoanalytikerin und wirkte am Berliner Psychoanalytischen Institut als Lehranalytikerin. 1932 verließ sie Deutschland und arbeitete in Chicago mit Franz

Alexander zusammen. Die Erwähnung der Namen (hier wie an anderen Stellen des Buches) soll die außerordentlich engen Verbindungen der zweiten Generation von Tiefenpsychologen veranschaulichen. Doch schon 1934 wurde ihr Vertrag am Chicagoer Institut nicht verlängert; Horney soll diverse Affären mit Supervisanden und Analysanden gehabt haben. Nach inhaltlichen Auseinandersetzungen mit der amerikanischen psychoanalytischen Gesellschaft (APA) gründete Horney 1942 zusammen mit einer Reihe anderer Analytiker (u. a. Erich Fromm) eine neue Gesellschaft, die *Association for the Advancement of Psychoanalysis* und ein eigenes psychoanalytisches Institut, das heute noch unter dem Namen *American Institute for Psychoanalysis* existiert. Horney starb am 4. Dezember 1952 in New York im Alter von 67 Jahren an den Folgen einer Krebserkrankung.

Nachdem Horney 15 Jahre lang eine orthodoxe Psychoanalytikerin gewesen war, ging sie inhaltlich eigene Wege. Um den Unterschied zu verdeutlichen, zunächst ein kurzer Blick auf Helene Deutsch. Deutsch war die erste Psychoanalytikerin, die sich auf die Psychologie der Frau und weibliche Sexualität spezialisierte. Sie bewegte sich dabei ganz in den pathologisierenden Denkbahnen Freuds. Die Lektüre des Büchleins von Helene Deutsch, *Psychoanalyse der weiblichen Sexualfunktionen* (1925), belegt das. Obwohl behauptet wird, dass ihren Aussagen über »das Weib« auf genauester Beobachtung beruhen, fehlt dem Text jede empirische Evidenz. Das Klimakterium beispielsweise wird als »letztes ›traumatisches Erlebnis‹ des Weibes als Sexualwesen [...] unter dem Zeichen einer unkorrigierbaren ›narzißtischen Kränkung‹« behandelt. So wie sich die Blutungen zurückziehen, ziehe sich die Libido auf infantile Positionen zurück. Die realen Versagungen dieser Periode stünden im Kontrast zu den nach wie vor vorhandenen

Liebesbedürfnissen und Interessen und nur starke Charaktere würden die Situation bewältigen. Die Libido finde kein Objekt mehr, wird »vom Genitale« abgezogen und ist nur noch vermindert sublimierungsfähig, wie schon vorher die Sublimierungsfähigkeit der Frau im Wesentlichen von der Fortpflanzungsfunktion absorbiert gewesen sei. Das Klimakterium sei ein unabwendbarer Abstieg mit unvermeidlichen neurotischen Symptomen. Die Frau werde geschlechtslos wie im frühen Kindesalter. Oder wie in der Pubertät, denn die Menopause bringe vermehrte sexuelle, perverse und inzestuöse Fantasien, vermehrte Masturbation und vermehrtes Liebesbedürfnis hervor. Entsprechend antiker und mittelalterlicher Vorstellungen erscheint die Vagina bei Deutsch als eigenständiges Wesen, das einen vergeblichen Kampf um seine Vorherrschaft und gegen seine Nutzlosigkeit führt. Indem die Frau verstärkt onaniert und an ihrer Klitoris spielt, werde ihr wieder mehr bewusst, dass sie ein kastrierter Mann ist, was Angst hervorruft. Sie wendet sich inzestuös dem eigenen Sohn zu. Ihre Fantasie sei, »vom Sohne geliebt, koitiert, geschlagen, ermordet zu werden« und so weiter und so fort.

Ganz anders hingegen Karen Horney. Schon 1926 hatte sie angefangen, Freuds Behauptung vom Penisneid in Frage zu stellen. Ihre 1927 erschienene Abhandlung über den *Männlichkeitskomplex der Frau* erinnert stark an Adlers »männlichen Protest«. 1932 veröffentlichte sie *Die Angst vor der Frau*, ein typisch Adler'scher Ausdruck. Im gleichen Jahr siedelte sie in die USA über und begann, in Chicago mit Franz Alexander zusammenzuarbeiten. Sie war überrascht über den Unterschied zwischen deutschen und amerikanischen Patienten. Das konnte sie nur auf kulturelle Faktoren zurückführen, was bedeutete, dass die Anthropologie der Freud'schen Annahmen nur eine begrenzte Reichweite hat.

Fragt man nach dem Kern der intellektuellen Bemühungen Horney, so stößt man auf ihren Begriff der Selbstverwirklichung und auf das Begriffspaar vom wahren (realen) und falschen (idealisierten) Selbst. Besonders in ihrem letzten Werk *Neurose und menschliches Wachstum* (1950) geht Horney von der Vorstellung eines wahren Selbst aus, das sich wie eine Art Idee oder Keim im Menschen entwickelt und nach Entfaltung drängt. Wie üblich konnte sie sich auf andere Autoren beziehen bzw. andere Autoren beschäftigten sich unabhängig voneinander mit ähnlichen Gedanken. Ihre Theorie weist Überschneidungen mit Aristoteles Begriff der *Entelechie* und mit Alexander Pfänders *Selbstausszeugung der Person* auf. Auch Kurt Goldsteins Begriff der *Selbstrealisierung* kommt Horneys Auffassung von Selbstverwirklichung nahe. Horney hat sich das Selbst nicht als eine feste Entität vorgestellt, sondern sie versteht es eher als ein Bündel von Möglichkeiten, die es zu verwirklichen gilt.

In einer ersten Phase setzte sie sich mit Freuds Weiblichkeitstheorie auseinander (*Die Psychologie der Frau*). Sie kritisierte den von Freud in die Anatomie verlegten Begründungszusammenhang für das weibliche Minderwertigkeitsgefühl, den Penisneid, das angeblich schwächere Über-Ich der Frau und anderes mehr. Sie setzte dem Penisneid den Gebärneid der Männer entgegen und erwähnte bereits die Bedeutung realer Benachteiligungen, patriarchalischer Vorurteile und kultureller Einflüsse für das Unterlegenheitsgefühl der Frauen. Später distanzierte sie sich von Freuds Biologismus und rückte die Bedeutung gestörter zwischenmenschlicher Beziehungen und kultureller Gegebenheiten für die Neurosenentstehung in den Vordergrund. In *Der neurotische Mensch unserer Zeit* beschrieb sie unterschiedliche Versuche von Menschen, mit ihrer Grundangst fertigzuwerden. Horney nahm in Anlehnung an Adlers Begriff vom Minderwertigkeitsgefühl an, dass sich die Charakterform eines Menschen als

Kompensation seiner Urängste verstehen lässt. Es gebe unterschiedliche Wege, die Grundangst zu bewältigen; Horney entwirft dazu eine Typologie: a) sich über das Geliebt-Werden vor der Grundangst schützen; b) sich unterwürfig und übergefällig gegenüber anderen, Autoritäten und Institution zeigen und dadurch der Angst ausweichen; c) sich durch Macht und Überlegenheit vor dem Unsicherheitsgefühl wappnen; d) durch Distanz und Abstandnehmen der Angst ausweichen.

Während Freud mit dem Unbehagen in der Kultur und dem Todestrieb hantierte, betonte Horney unter dem Eindruck der sozialliberalen Stimmung in den USA die progressiven und entwicklungssträchtigen Potenziale des Menschen. Diese könnten nach kurzer psychoanalytischer Anleitung ihre Therapie selbst in die Hand nehmen und als Selbstanalyse fortsetzen.

1945 entstand ihr Buch *Unsere inneren Konflikte*. Hier verlagerte sich Horneys Schwerpunkt (der Titel des Buches ist missverständlich) von den inneren Konflikten auf die Betrachtung und das Verständnis der interpersonellen Konflikte. Angst und Unsicherheit ist demnach immer etwas, das *zwischen* Menschen entsteht. Ihre ursprünglichen vier Bewältigungsversuche zur Lösung der Grundangst, die sie in *Der neurotische Mensch unserer Zeit* beschrieben hat, werden zu drei Lösungsversuchen zusammengefasst, die sich jeweils auf die Einstellung anderen Menschen gegenüber beziehen. Menschen können ihrer Angst entrinnen, indem sie auf Menschen zugehen, sich gegen sie stellen oder indem sie zwischenmenschliche Situationen meiden. Sie betonte wieder den Aspekt der Wertwahl: Je nach Lösungsversuch wähle ein Mensch bestimmte Werte, die diese Strategie untermauern. Horney hat in *Neurose und menschliches Wachstum* diese Strategien in etwas veränderter Terminologie als »Reiz der Liebe«, »Reiz der Meisterschaft« und »Reiz der Freiheit« bezeichnet. Hier

liegt Horney's Schwerpunkt dann wieder stärker auf der innerpsychischen statt auf der interpersonellen Ebene.

Das Konzept vom wahren Selbst ist im späten 20. und beginnenden 21. Jahrhundert umstritten. Der Gedanke eines kohärenten Selbst als Kern unserer Persönlichkeit passt nicht zu der Tendenz, das Selbst zu fragmentieren und zu konstruieren oder als einen Ort kultureller Codes und Einflüsse zu sehen. Der schon erwähnte Säuglingsforscher Martin Dornes bezeichnet die Vorstellung von einem wahren Selbst als eine regulative Idee, auf welche es keine befriedigende theoretische, sondern höchstens eine praktische Antwort geben kann. Ausschlaggebend sei die Frage, ob sich ein Mensch mit sich selbst identisch erlebe.

Am Beispiel des Werks von Horney wird erneut die subjektive Komponente einer psychologischen Theoriebildung deutlich. Karens Kindheit war überschattet durch die Eheschwierigkeiten ihrer sehr gegensätzlichen Eltern. In Reaktion auf die häusliche Streitatmosphäre entwickelte sie ein ausgeprägtes Streben nach Harmonie. Die innere Konflikthaftigkeit blieb jedoch hinter diesem Ideal ihr Leben lang bestehen und fand auch in ihrem späteren Werk ihren Niederschlag. Horney erlebte in ihrem Leben immer wieder Phasen von depressiven Verstimmungen und chronischer Müdigkeit. Diese wechselten sich ab mit kraftvoller Expansion (in den USA), hoher Kreativität (in ihren Büchern) und von realistischer Menschenkenntnis getragenen Urteilen. Ähnlich wie Harald Schultz-Hencke, Erich Fromm, Harry Sullivan, Alfred Adler, Otto Rank und Carl Rogers rückte Horney vom psychoanalytischen Modell ab, um den Menschen als partiell freies und soziales Geschöpf zu beschreiben. Wie die anderen Genannten überwand sie die Einseitigkeiten der Psychoanalyse. Ihre Kritik ist einleuchtend und faktisch weiterfüh-

rend. Andererseits arbeitete sie therapeutisch noch mit der Diwanmethode. Und es wird bemängelt, dass sie beispielsweise die Körperlichkeit des Menschen sowie gesellschaftliche Einflüsse auf das Individuum nur oberflächlich behandelte.

### **Frieda Fromm-Reichmann**

Frieda Fromm-Reichmann ist eine imponierende Ärztin und Psychotherapeutin, deren Lebenswerk für Psychiatrie und Psychotherapie zeitweise wegweisend wurde. Ihre Hauptleistungen liegen in der psychodynamischen Schizophrenietherapie und in der Entwicklung entsprechender theoretischer Konzepte. Entgegen der damaligen Meinung hielt sie Psychosekranke für übertragungsfähig, intuitiv, empathisch einfühlbar und nonverbal-kommunikativ. Von der europäischen als auch von der amerikanischen Kultur geprägt, entdeckte sie neben der verhängnisvollen »schizophrenen Mutter« auch die Heilkräfte von Mütterlichkeit in der Psychotherapie.

Frieda Reichmann, eine Psychiaterin, hatte 1923 eine Psychoanalyse bei Hanns Sachs in Berlin absolviert und war 1924 nach Heidelberg gezogen, wo sie ein Sanatorium leitete, eine Art jüdisch-psychoanalytisches Pensionat. Sie war ein offenbar starker Charakter und zutiefst von der Psychoanalyse überzeugt; jeder engere Bekannte wurde ohne viel Federlesens einer Analyse unterworfen, darunter der junge Erich Fromm. Beide heirateten 1926. Fromm war offenbar fasziniert von der energisch die Psychoanalyse vertretenden, zehn Jahre älteren Frau; Frieda Reichmann wurde vermutlich angezogen von dem geistig beweglichen Fromm, der sich der Psychoanalyse mit Leib und Seele widmete. Die Psychoanalyse verhalf beiden, die Loslösung vom orthodoxen Judentum und vom Zionismus zu vollenden. Die Ehe hielt je-

doch nicht lange, beide gingen ab 1933 eigene Wege.

Wie so viele musste auch Frieda Fromm-Reichmann emigrieren. In den USA erhielt sie eine Anstellung in Chestnut Lodge (Maryland), einem Sanatorium für psychisch schwerkranke Patienten. Zusammen mit Harry Sullivan machte sie die Klinik zu einem Zentrum der Schizophreniebehandlung. Damals hielt man diese Krankheit für unbegreiflich und nicht therapierbar. Mit Geduld, Güte und Einfühlungsvermögen erreichte Fromm-Reichmann jedoch die Herzen der Unglücklichen. Aufbauend auf dem Neurologen und Psychiater Kurt Goldstein, der Psychoanalyse Freuds, dem Psychosomatikkonzept Georg Groddecks und der interpersonalen Theorie Harry Stack Sullivans entwickelte Fromm-Reichmann ab 1935 in den USA ihre »intensive Psychotherapie«. Über den Bestseller *Ich hab dir nie einen Rosengarten versprochen* (1964) brachte die Patientin Hannah Green (eigentlich Joanne Greenberg) nach ihrer Heilung Reichmanns Form der Psychosen-therapie auch dem Laienpublikum nahe. Von Fromm-Reichmann selbst liegt auf Deutsch derzeit fast nichts vor.

Im 19. Jahrhundert favorisierte die Psychiatrie eine biologische Vorstellung von der Entstehung der Wahnkrankheiten. Emil Kraepelin in München nannte die Hauptgruppe der Krankheiten »Dementia praecox«, vorzeitige Verblödung. Als Ursache wurden Stoffwechselstörungen oder hormonelle Anomalien angenommen. Im Sinne Freuds, der die psychischen Reaktionen auf biologisch-genetische Grundtatsachen des Menschen erforschte, versuchte beispielsweise Carl G. Jung in Zürich eine psychologische Interpretation der Wahnideen. Es kann nicht überraschen, dass er in ihnen Bestandteile der Lebensgeschichte der Patienten entdeckte. Er glaubte, einen Sinn in den verworrenen Gedanken, Halluzinationen und Realitätsverkennungen feststellen zu können.

Wie so viele andere damals zog er daraus den falschen Schluss, dass Wahn nicht biologischer Natur sein kann. Der kranke Mensch manövriere sich vielmehr durch Bedrängnisse des Lebens in den Wahn hinein – und könne durch Psychoanalyse wieder herausgeführt werden. Viele angesehene Psychiater in den USA begannen, die »Hirn- und Stoffwechselmythologie« zu bekämpfen. Die Ursprünge des Wahns müssten vielmehr in der frühen Kindheit liegen.

Die unter anderem von Fromm-Reichmann ausgearbeitete Psychosen-Psychotherapie dauerte außerordentlich lang und stellte höchste Anforderungen an den Therapeuten. Sie war praktisch nur in Kliniken durchführbar. Aber an die Patienten war kaum heranzukommen; sie verweigerten die Kommunikation und waren aggressiv und misstrauisch. Der Irrtum bestand darin, Paranoia oder Schizophrenie als dysfunktionale Heilungsversuche anzusehen. Ein erneuter, diesmal »richtiger« Heilungsversuch könne sie zur Einsicht bringen und aus ihrem Wahn herausführen. Damit wurde den Patienten eine gewisse Verantwortung für ihre Krankheit zugewiesen. Eine weitere problematische Anschauung bestand darin, Psychotiker als »Mensch wie du und ich« anzusehen, die nur etwas größere Probleme der Lebensführung hätten als andere. Die Normalos seien nur etwas anderes verrückt als die Insassen der psychiatrischen Kliniken. Diese Denkweise weist stark in Richtung auf die antipsychiatrische Bewegung der 1970er Jahre in Europa und den USA, welche die gravierenden Folgen des Ichzusammenbruchs der Patienten leugnete. Schizophrenie, so behauptete auch Fromm-Reichmann, sei keine Krankheit, »sondern ein spezifischer Persönlichkeitsstatus mit eigenen Lebensformen«. Die konformistische Gesellschaft habe sich an die Patienten anzupassen, nicht umgekehrt.

Wenn also die Ursprünge in der Sozialisationsgeschichte der Patienten liegen, so muss man nach Fromm-Reichmann in deren Kindheitsgeschichte zurückgehen. Die Schädigung erfolge in der Frühkindheit, wenn das Kind sich von der Mutter abgrenzen will und muss. Der Begriff von der schizophrenen Mutter weist darauf hin, dass sie die Ursache von Psychosen nicht mit der biologischen Vererbungslehre erklärte, sondern mit psychosozialen Faktoren im familiären Umfeld, insbesondere der frühen Mutter-Kind-Beziehung. Schizophrenogene Mütter seien solche, die weder in der Lage sind, zwischen sich und ihrem Kind eine klare Grenze zu ziehen, noch zwischen ihren eigenen Bedürfnissen und Gefühlen und denen ihres Kindes unterscheiden können. Es handele sich um ein tiefes Eindringen und Eingreifen in das Leben des Kindes, das Nichtbeachten seiner Gefühle und Bedürfnisse, um ein überfürsorgliches Behüten und ein ununterbrochenes Kontrollieren und Überwachen. Beim Kind könne so das Gefühl entstehen, es sei seine Pflicht, den Lebensinhalt der Mutter zu sein und sich nicht von ihr trennen zu dürfen, ohne sie und sich selbst zugrunde zu richten. Dieser frühkindliche Allmachtsglaube könne in der Adoleszenz beim Versuch, sich von der Mutter zu lösen, zu einer psychotischen Dekompensation führen. Damit wurde die individuumszentrierte Psychologie nur scheinbar auf die Familie erweitert; Fromm-Reichmann bezog die Mütter und andere Familienmitglieder nicht in die Therapie mit ein. Der Säugling oder das Kind als aktiver Interaktionspartner oder die Rolle des Vaters blieben unberücksichtigt.

Die Therapie mit den Schwerkranken konnte natürlich nicht im üblichen psychoanalytischen Setting stattfinden. Fromm-Reichmann sah ihre Aufgabe darin, in den Wahn des Patienten einzusteigen, den Schutzwall von Angst und Aggression zu

durchbrechen und die Genese der Psychose mit dem Patienten gemeinsam zu studieren. Diese Art der Therapie ist in der Tat intensiv, so dass Fromm-Reichmann 1950 *Principles of Intensive Psychotherapy* schrieb.

Eine vierte prekäre Aussage betrifft die Person des Therapeuten. Sicherlich waren das Einfühlungsvermögen, die Authentizität und die Geduld Fromm-Reichmanns und ihrer Kollegen überdurchschnittlich. Es wurde nun aber suggeriert, dass die Zusammenarbeit mit Schizophrenen und Psychotikern nur diesen außergewöhnlichen und überdurchschnittlichen Therapeuten zuzumuten sei. Anders gesagt, wer diese Arbeit verweigert oder in ihr versagt, dem mangelt es offenbar an echter Menschlichkeit und Ichstärke. Die Persönlichkeit Frieda Fromm-Reichmanns ist von vielen Menschen, die sie kannten, gewürdigt und gelobt worden. Doch die Menschheit verfügt nur über wenige dieser außergewöhnlichen Charaktere.

Fromm-Reichmann musste schließlich feststellen, dass ihre außerordentlichen Bemühungen wenig fruchteten. Sie folgte den Wahnkranken in die Tiefe ihrer Verzweiflung, in die Schrecken ihrer Einsamkeit und in ihre zerstörerische Wut. Doch die wenigsten Kranken zeigten sich in der Lage, daraus zu lernen. In nur wenigen Fällen konnten nach fünf- bis zehnjähriger therapeutischer stationärer Zuwendung eine Rückkehr zur Realität erzielt werden. Die meisten Schizophrenen blieben abgekapselte Persönlichkeiten, die zu einer durchschnittlichen Lebensführung nicht fähig waren. Ein gutes Ergebnis war es, wenn diese Menschen in geschützten Wohnungen relativ selbstständig leben konnten. Die künstlerische Ausdruckskraft von Wahnkranken wurde entdeckt und fast zu einer eigenständigen Kunstform erhoben, doch tatsächlich erreichten nur einzelne Kranke

eine gewisse Aufmerksamkeit bei Kunst-kennern und –liebhabern.

Die Hypothese von der schizophrenogenen Mutter hatte einige Jahrzehnte lang verheerende Folgen für Mütter mit wahnhaften Kindern. Nicht nur waren sie mit einem schwierigen Kind belastet, zudem wurde ihnen eine nicht existierende Schuld an der Krankheit gegeben. Einen wissenschaftlichen Beleg für die Hypothese gab es nie. Man kann diesen Irrweg mit dem damaligen Unwissen über schizophrene Erkrankungen nur halb entschuldigen. Frieda Fromm-Reichmann oder Ronald D. Laing hatten sich, wie die konservative Psychoanalyse überhaupt, auf die psychogene Ätiologie versteift. Sie waren so verbohrt in diese Ansicht, dass sie die körperliche Seite der Entgleisung ignorierten.

Heute werden psychogene Modelle wie das der schizophrenogenen Mutter vom psychiatrischen Berufsstand nicht mehr gebilligt. Seit den 1960er Jahren trat die pharmakologische Behandlung in der Psychiatrie in den Vordergrund, und seit den 1980er Jahren ist die Theorie, dass die Familiendynamik bei der Schizophrenie ursächlich beteiligt sei, unakzeptabel geworden. Dennoch gibt es Unbelehrbare. 1997 erschien das Buch *Macht der Väter, Krankheit der Söhne* aus der Feder einer deutschen Psychotherapeutin mit dem Grundtenor »Wie Väter ihre Söhne in die Schizophrenie treiben«. Noch 2001 bedauerte Theodore Lidz, einer der Hauptvertreter des »schizophrenogenen« Elterntheorie, dass die aktuellen Forschungsergebnisse in der biologisch-pharmakologischen Psychiatrie »auf dem Holzweg« seien.

Allerdings zeigte eine Reihe von Studien, dass die Interaktion vieler Familien eines an Schizophrenie erkrankten Kindes deutlich von den Umgangsmustern nicht belasteter Familien abweicht. Doch dies ist kein Beweis. Vielmehr steht zu vermuten, dass ein Familienmitglied, welches an einer schweren seelischen Erkrankung leidet, die fami-

liären Beziehungen belastet und verzerrt und gestörte Kommunikationsprozesse bei den nichterkrankten Familienmitgliedern anstößt. Eine erhöhte Häufigkeit in bestimmten Familien kann genetisch erklärt werden. Das bedeutet nicht, dass konfliktreiche und belastende Beziehungen in den Familien schizophrener Erkrankter für die Auslösung und den Verlauf der Krankheit keine Bedeutung hätten. Basistherapie einer Schizophrenie ist heute die Pharmakotherapie im Verbund mit sozialen und psychologischen Hilfen. Eine Psychoanalyse ist kontraindiziert.

### Otto Rank

Auch Otto Rank war ein Wiener. Er traf 1905 durch Vermittlung von Alfred Adler auf Freud und seinen Kreis; rasch wurde er ein führender Mitarbeiter Sigmund Freuds, der dem begabten jungen Mann ein Studium finanzierte. Schon 1909 schrieb Rank das Buch *Der Mythos von der Geburt des Helden*. Um 1911 wurde Rank eine Art Privatsekretär Freuds. Er gab ab 1912 die Zeitschrift *Imago* mit heraus (bis 1924) und er wurde – neben Karl Abraham, Max Eitingon, Sándor Ferenczi, Ernest Jones und Hanns Sachs – eines der Gründungsmitglieder des verschworenen und loyalen »Geheimen Komitees« um Freud. Zusammen mit Hanns Sachs verfasste er das Buch *Die Bedeutung der Psychoanalyse für die Geisteswissenschaften* (1913), denn es wurde immer deutlicher, dass Freuds Lehre eine allgemeine Theorie des Menschen und seiner Kultur beinhaltete. Nach den Brüchen mit Adler und Jung schien Rank prädestiniert, eine Art Nachfolger Freuds zu werden.

Der Ödipuskomplex ist das Trauma des kleinen Kindes zwischen dem dritten und dem fünften Lebensjahr und gehörte zum unhinterfragbaren Kern der Psychoanalyse. Rank ging noch weiter zurück; er nahm 1924 das Trauma der Geburt als Ursache neurotischer Störungen an. Er relativierte

die Tragweite der ödipalen Verstrickung und postulierte, dass es das Geburtserlebnis sei, welches den Menschen entscheidend präge. Beim Geborenwerden komme es zu Angstzuständen, die ein Muster abgäben für eine grundsätzliche Lebensangst und Trennungsangst. Die Bewältigung oder Nichtbewältigung dieser Ängste seien die wichtigsten Weichenstellungen im individuellen Leben. Auch das unvermeidliche Ende einer Therapie rufe diese alten Ängste wieder hervor.

Ebenfalls 1924 publizierte Rank zusammen mit Sándor Ferenczi das Buch *Entwicklungsziele der Psychoanalyse*. Darin wurde für kürzere Psychotherapien plädiert. Die Klärung der Vergangenheit des Patienten wurde für weniger relevant erklärt als die Beachtung der Interaktion zwischen Patient und Therapeut. Das Hauptproblem des Patienten liege in den Konflikten der Gegenwart, nicht in seinen Kinderjahren.

1924 befand sich Rank auf dem Höhepunkt seines Könnens und seines Einflusses innerhalb der psychoanalytischen Bewegung. Das sollte sich innerhalb eines Jahres grundlegend ändern. Im Geheimen Komitee nahmen seit einigen Jahren die Spannungen zu. Es ging um Einfluss und um die Liebe und Anerkennung Freuds. Diese Konflikte traten besonders stark zwischen Jones, dem Hauptverantwortlichen für die Publikationsarbeit, und Rank, dem Leiter des Verlags, hervor. Verschärft wurde die Lage durch den Ausbruch der Krebserkrankung Freuds im Jahre 1923, die die Frage der Nachfolge akut erscheinen ließ. In dieser explosiven Situation erschienen zwei Bücher, an denen sich der Konflikt entzündete. Das eine war die erwähnte Gemeinschaftsarbeit von Ferenczi und Rank, *Entwicklungsziele der Psychoanalyse*, das andere war das Buch, das auch heute noch am ehesten mit Ranks Namen verbunden wird: *Das Trauma der Geburt* (1924), ein etwas verworren geschriebenes und

schwer zu lesendes Buch. Rank erhob allen Ernstes den Anspruch, damit nicht nur die Psychoanalyse biologisch zu fundieren, sondern mit seiner Theorie auch alle neurotischen Symptome, alle kreativen Leistungen und sogar die »Menschwerdung selbst« erklären zu können. Rank postulierte, dass die Analyse sich »letzten Endes als nachträgliche Erledigung des unvollkommen bewältigten Geburtstraumas« erweise. Die Patienten würden die analytische Situation vom ersten Augenblick mit der intrauterinen identifizieren und den Analytiker mit der Mutter.

Die psychoanalytische Gemeinde wurde mit diesen beiden Büchern in eine heftige Debatte darüber verstrickt, was theoretisch und in der Therapie Vorrang haben sollte: das geburtliche oder das Ödipus-Trauma, das Agieren oder das Deuten, das aktuelle therapeutische Geschehen oder die unbeeinflusste freie Assoziation, die Übertragungsneurose oder die konkrete Beziehung im Hier und Jetzt, die Vater- oder die Mutterbeziehung, die sexuelle oder die natale Ätiologie der Neurose. Rank und Ferenczi verloren zwar im damaligen Konflikt gegen die orthodoxere Richtung von Abraham und Jones, jedoch in der Theorie und Praxis psychoanalytischer *Therapie* setzten sich Ranks und Ferenczis Ideen in einigen Punkten durch, ohne dass ihre Vorreiterrolle oder Urhebererschaft bis heute anerkannt würden.

Damals aber lebte Freud noch und Rank sah sich zum Handeln gezwungen. Ermuntert von ersten Erfolgen als Vortragender in den USA legte er alle Ämter in der Wiener psychoanalytischen Vereinigung nieder und übersiedelte 1926 nach Paris. Zuvor hatte er sich bei seinen Analytikerkollegen für den Streit schriftlich entschuldigt und ihn mit seiner Neurose erklärt, das heißt er internalisierte scheinbar den Vorwurf der orthodoxen Seite, seine produktive Opposition beruhe auf einer seelischen Erkran-



kung. Die Mitglieder des Geheimen Komitees waren gefangen in einem Diskurs des Psychologisierens und Pathologisierens. Rank wurde gemahnt zu widerrufen. Dem tödlichen Streit mit Vater Freud konnte Sohn Rank nur durch Flucht und den Aufbau eines von Freud unabhängigen Lebens entgehen. Nach Jahren des Pendelns zwischen Paris und den USA ließ er sich 1935 endgültig in den Vereinigten Staaten nieder.

Theorien über post- oder gar pränatale seelische Schäden durch lieblose Schwangere und Stillende scheinen reine Kopfgebirten und nicht beweisbar zu sein. Es bedarf sehr viel Fantasie, die Geborgenheit in der therapeutischen Behandlung mit einem Aufenthalt im Mutterleib zu vergleichen. Das Ende der Therapie komme einem Geburtsakt gleich. Ranks entsprechende Theorien samt Weiterungen sind zu Recht vergessen. Wenn man Ranks Leistungen würdigen will, dann wie gesagt auf dem Gebiet der praktischen Therapie und vor allem als Theoretiker des Willens. Ab 1928/29 entwickelte er eine Willenspsychologie und Willenstherapie, eine Kurztherapie, die den Willen und die Entscheidungsfähigkeit des Menschen zu fördern trachtet. Als idealer Maßstab fungiert der schöpferische Mensch, der als Künstler sein Ich zum Ausdruck bringt. Wille und Bewusstsein ergänzen einander, durch beide Kräfte gewinne der Mensch eine relative Unabhängigkeit von den Trieben. Rank konnte an Friedrich Nietzsches (problematischen) Willen zur Macht anschließen, welcher unter anderem ein Wille zur Selbstüberwindung und zur Selbstbildung ist. Durch eine hemmende Erziehung, so Rank, werde bei vitalen Willensäußerungen ein Schuldgefühl implantiert, aus dem das Ich geschwächt hervorgeht. Der Mensch fürchtet grundsätzlich das Ausgeschlossenwerden aus der Gemeinschaft.

Otto Rank sprach in einem Aufsatz mit dem Titel „Lebensangst und Todesangst“ nicht

nur von der Todesangst, sondern eben auch von einer Lebensangst, die darin besteht, sich dem Leben als ein isoliertes Wesen zu stellen. Lebensangst ist die Angst vor der Individuation, davor, voranzugehen, sich zu entwickeln, seinen ursprünglichen Charakter zu transzendieren. Rank glaubte wie gesagt, dass die Geburt die prototypische Lebensangst ist, die erste und ursprünglichste aller Trennungen. Mit Todesangst meinte Rank die Furcht vor der Auslöschung, den Verlust der Individualität. Diese Angst begleite den Menschen sein ganzes Leben lang. Zugleich wirkt eben jener Wille ihn ihm, der ihm bedeutet, sich abzulösen, zum Individuum zu werden, seine Autonomie zu erringen und zu festigen, seine Möglichkeiten auszuschöpfen und seine Besonderheit zu bestätigen und verteidigen. Die Individuation rufe ein ängstliches, einsames Empfinden des Ungeschütztseins hervor.

Der Mensch ist selbstverantwortlich, er ist aufgefordert, zu antworten, wenn er gefragt wird, was er aus sich gemacht hat und ob er seiner Bestimmung gefolgt ist. Rank meinte, dass wir uns schuldig fühlen wegen des ungenutzten Lebens, des ungelebten Lebens in uns. Es ist eine alte Idee, dass jedes menschliche Leben einen einzigartigen Vorrat an Potenzialen hat, die sich danach sehnen, verwirklicht zu werden. Aristoteles' *Entelechie* (»ein Ziel haben«) bezeichnet die volle Verwirklichung der latenten Fähigkeiten. Die vierte Kardinalsünde, Trägheit oder Oberflächlichkeit, wurde von vielen Denkern interpretiert als die Sünde, es zu versäumen, mit seinem Leben das zu tun, wovon man weiß, dass man es tun kann. Die Humanistische Psychologie hat dieses Konzept unter Begriffen wie Selbstverwirklichung, Wachstum und Autonomie aufgegriffen. Neurose entsteht, wenn das Individuum nicht es selbst sein kann.

In seinem dreibändigen Werk *Technik der Psychoanalyse* (1926, 1929, 1931) vertiefte

Rank seine Ideen, die immer mehr von Freud abrückten. Die Kernpunkte lauten: nicht der Vater in der ödipalen Phase, die Mutter in der postnatalen Phase sei entscheidend für die Entwicklung; das Agieren oder Regredieren bedeutet keine Störung des Therapieverlaufs, sondern ist lebendiger Ausdruck des Patienten; die Therapie-dauer wird von vorn herein auf zehn Monate begrenzt und alle Probleme sollten in dieser Frist geklärt werden; die Therapeutenpersönlichkeit ist ein kraftvoller Heilfaktor; die guten Erfahrungen des Analysanden mit dem Therapeuten sind ein charakterbildender Faktor; die Vergangenheitsforschung soll begrenzt bleiben; aus dem neurotischen »Gegenwillen« des Analysanden soll ein Gesundungswille entstehen; Psychotherapie ist ein Verfahren zur Selbsterkenntnis; die Trennungsangst ist ein Gleichnis für Lebensangst überhaupt; der Wille ist die Kraft, die an Schuld und Hemmung vorbei wertvolle Ziele erkennt und realisiert. Rank relativierte damit therapeutisch sein Trauma der Geburt. Der Ursprung der Neurose mag in der Vergangenheit liegen, aber die Lösung der aktuellen Krise stehe im Vordergrund.

Rank ging freilich weit über eine psychodynamische Therapie hinaus, indem er zum Beispiel in den beiden Bänden der *Grundzüge einer Genetischen Psychologie* (1927–1928) in philosophische und ethische Dimensionen vorstieß. Die Themen der Angst, der Schuld und der Liebe sind nach Rank Belege dafür, dass eine richtig verstandene Tiefenpsychologie nicht ohne Philosophie auskommen kann. Zunächst postulierte er den Willen als Urkraft im Menschen. Der Mensch griff zur Magie, um das Naturgeschehen und das Schicksal zu beeinflussen. Der Tod begrenzt die Willensanstrengungen des Menschen, weshalb viele Religionen kompensatorisch eine Unsterblichkeit in Aussicht stellen. Als chemisch-physikalisches Gebilde kann der

Mensch aber kein Interesse an einem ewigen Leben haben. Der Wille in Form der Kreativität versucht aus diesem Dilemma einen Ausweg zu finden – Stichwort »Erlösung durch die Kunst«. Ähnlich wie Freud hatte Rank offenbar das Bedürfnis, seine Theorie mit dem Menschheitsschicksal zu verknüpfen. Rank war allerdings kein systematischer Denker und ein nur durchschnittlicher Stilist; seine Werke stellen hohe Anforderungen an die Geduld des Lesers.

Rank war insofern Neopsychoanalytiker, als er dem Ich gegenüber dem Es eine gewisse Souveränität und Eigenständigkeit wünschte. Originell war seine Idee, dass sich das menschliche Leben in einer fortgesetzten Dramatik zwischen Bindung und Trennung abspielt. Er führte eine Kurzzeittherapie ein, damit sich die Patienten nicht im Uterus der Therapie festsetzen. In der Therapie wird der Ich-Autonomie besondere Aufmerksamkeit gewidmet. Sie sollte nicht an das durchschnittliche, geduckte Menschentum anpassen helfen. Rank sympathisierte mit den Neurotikern, die sich störrisch der Norm verweigern, deren Gegenwille aber unproduktiv bleibt. Zwischen notwendiger Anpassung und neurotischem Unglück, Gemeinschaft und Individualität sah Rank im künstlerischen Dasein die richtige Antwort. Kunst sei Ausdruck der Selbstbehauptung der individuellen Vitalität gegen den Konformitätsdruck der Gesellschaft und der unbedarften Triebe.

Rank starb im Alter von nur 55 Jahren unerwartet an einem allergischen Schock. Er war einst einer der wichtigsten und mächtigsten Männer der frühen psychoanalytischen Bewegung. Einige der Ideen Ranks schienen damals radikal, tatsächlich folgte ihm der Hauptstrom der modernen Psychoanalyse recht schnell: Rollo May, Carl Rogers, Esther Menaker, Paul Goodman, Henry Murray, Frederick Allen, Marion Kenworthy, Robert Jay Lifton, Carl Whita-

ker und Irvin Yalom. Dennoch ist Rank heute weitgehend vergessen, er taucht allenfalls als Randfigur in der üblichen psychoanalytischen Geschichtsschreibung auf. Sein Willenskonzept aber würde es verdienen, rezipiert zu werden.

### Harry Stack Sullivan

Der amerikanische Psychiater Harry Stack Sullivan studierte Medizin in Chicago und arbeitete in Washington (D.C.) mit psychotischen und schizophrenen Krankenhauspatienten. Publikationen über seine aufsehenerregenden Heilerfolge machten Sullivan unter den Psychiatern der USA bekannt. Im Gegensatz zur herrschenden psychiatrischen Lehrmeinung (auch der Freuds) vertrat er die Ansicht, dass die Schizophrenie lebensgeschichtliche Bezüge und Ursachen habe und deshalb mit Psychotherapie geheilt werden könne. 1933 unterzog er sich einer Lehranalyse bei Clara Thompson, die ihrerseits Analysandin von Sándor Ferenczi war. In dieser Zeit begegnete Sullivan in New York Erich Fromm und Karen Horney, die auf der Flucht vor dem Nationalsozialismus in die USA gekommen waren. Sein breit gefächertes Interesse führte ihn auch zu den Sozialwissenschaften und der Ethnologie (Ruth Benedict, Margaret Mead, Bronisław Malinowski u.a.). 1939 verließ Sullivan New York und zog nach Bethesda, Maryland, in der Nähe von Washington (D.C.). Kurz darauf begann er eine intensive Ausbildungstätigkeit für die Ärzte und das Pflegepersonal der Privatklinik *Chestnut Lodge* in Rockville, Maryland, die später wegen ihrer Pionierleistungen in der Behandlung von Schizophrenen international berühmt wurde (siehe Kapitel über Frieda Fromm-Reichmann). 1943 gründeten Sullivan, Clara Thompson, Erich Fromm und Frieda Fromm-Reichmann das William Alanson White-Institut in New York. Dieses Institut für Psychiatrie, Psychoanalyse und Psychologie wurde zu einem der weltweit

angesehensten psychoanalytischen Ausbildungs- und Behandlungszentren.

Sullivan hat seine Theorie in seinem wichtigsten Buch *The Interpersonal Theory of Psychiatry* festgehalten, welches 1953 posthum veröffentlicht wurde und 1980 auf Deutsch erschien. Auch sonst war Alexander publizistisch aktiv. 1932 veröffentlichte er das Buch *The Medical Value of Psychoanalysis*, im Jahr 1942 *Our Age of Unreason*, in welchem er sich mit historischen, politischen und soziologischen Fragestellungen auseinandersetzte. Im Jahr 1946 publizierte er gemeinsam mit dem Nachfolger Horneys, Thomas M. French, das Buch *Psychoanalytic Therapy, Principles and Application*. Es folgten im Jahr 1948 *Fundamentals of Psychoanalysis*, im Jahr 1950 *Psychosomatic Medicine* und im Jahr 1952 die gemeinsam mit Helen Ross herausgegebene Schrift *Dynamic Psychiatry*. Die bislang umfassendste Biografie über Leben und Werk hat der italienisch-deutsche Psychoanalytiker Marco Conci verfasst: *Sullivan neu entdecken. Leben und Werk Harry Stack Sullivans und seine Bedeutung für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychoanalyse*; es erschien 2005 im Psychosozial-Verlag (Gießen).

Die interpersonale Psychiatrie-Theorie von Sullivan zeigt eine große Übereinstimmung mit Adler'schen Anschauungen, obwohl in den vier Bänden seiner gesammelten Vorlesungen, die posthum herausgegeben wurden, Adler nicht erwähnt wird. Sullivan definierte Psychiatrie als die Erforschung interpersonaler Beziehungen. Die Persönlichkeit eines Menschen sei ein Muster aus wiederkehrenden interpersonalen Situationen. Sullivans System des Selbst ist sehr ähnlich dem »Lebensstil« Adlers. Ebenfalls wie Adler betont Sullivan, die Selbst-Auffassung werde geformt durch die Beurteilungen, die der Mensch in der frühen Kindheit durch Eltern und nahestehende Bezugspersonen erfuh. Was Sullivan »Personifikationen« nennt, sind verzerrte Vor-

stellungen, die das Individuum von sich und anderen hat. Sie gleichen den »Fiktionen« bzw. den »Perspektiven« Adlers. Was Sullivan »selektive Aufmerksamkeit« nennt, ist ein Aspekt jener Verzerrungen der Wahrnehmung, und was er *parataxic modes of thinking* (von griechisch *parátaxis*, das Nebeneinanderstellen; Sullivan meinte wohl eher »Verzerrung«) nennt, ist nach Adlers Terminologie die »Privatlogik« des Individuums bzw. seine Vorurteile. Diese Verzerrungen sind praktisch unausweichlich, wenn man einen Menschen oder eine Sache neu kennenlernt.

Dem Therapeuten wies Sullivan die Rolle eines teilnehmenden Beobachters zu. Er versuchte, seinen Patienten vor allem deren Wahrnehmungsverzerrungen und Fiktionen über sich und andere bewusst zu machen. Es sieht so aus, als ob er eine Adlerianische Therapie betrieb, obwohl er sich immer noch als Psychoanalytiker bezeichnete. Die Hauptunterschiede liegen darin, dass Sullivan ausführliche Beschreibungen der individuellen Entwicklungsstadien gegeben hat, und dass er stärker als Adler die Gesellschaft ebenso wie die biologische Grundausstattung des Menschen als Quellen psychischer Irritationen angesehen hat. Richtig ist auch, dass Adler nie mit so schwer gestörten Patienten arbeitete wie Sullivan.

### Clara Thompson

Clara Thompson gehört zu jener amerikanischen neopsychoanalytischen Gruppe, die stark geprägt war von exilierten deutschsprachigen Analytikern. In den frühen 1940er Jahren gründete Thompson die *William Alanson White Psychiatric Foundation* in New York, zusammen mit Erich Fromm, Harry Stack Sullivan, Frieda Fromm-Reichmann und einigen anderen. Thompson studierte zunächst Medizin, ehe sie sich engagiert der Psychoanalyse zu-

wandte. Ihr Beitrag bestand darin, das kontroverse und weite Feld der Psychoanalyse für eine interessierte Öffentlichkeit verständlich aufbereitet zu haben, wobei sie Wert auf eine feministische Sichtweise legte.

Harry Sullivan war auf sie aufmerksam geworden, als sie um 1920 einen Vortrag über Schizophrenie hielt. Es wird die Geschichte erzählt, dass sich Sullivan gern von Sándor Ferenczi analysieren lassen wollte, aber kein Geld hatte, für einige Zeit in Budapest zu wohnen. Er soll Thompson die Idee nahegelegt haben, nach Budapest zu fahren, sich von Ferenczi analysieren zu lassen und mit diesem Wissen in die USA zurückzukehren, um Sullivan zu analysieren. Ein Teil des Plans wurde in den Jahren 1928 und 1929 umgesetzt, als Thompson mit Ferenczi zusammenarbeitete, aber Thompson blieb bis zu Ferenczis Tod 1933 in Europa. Zurück in den USA trat sie dem *New York Psychoanalytic Institute* bei, wo sie mit Karen Horney zusammenarbeitete. Nach sieben Jahren wurde Horney wegen interner Streitigkeiten gezwungen, das Institut zu verlassen; Thompson folgte Horney aus Solidarität. Die beiden Frauen gründeten ihre eigene Gruppe, die *American Association for the Advancement of Psychoanalysis*. Thompson wurde Präsidentin dieser Organisation. Sie arbeitete mit Erich Fromm zusammen. 1943 zerstritten sich Horney und Fromm über die Bedingungen zur Anerkennung als Psychoanalytiker und Fromm wurde ausgestoßen. Wie damals stellte sich Thompson auf die Seite jener, die man ausschloss. Fromm und Thompson gründeten das *William Alanson White Institute*, dem Thompson 15 Jahre lang als Präsidentin diente. Sie führte es in einem freiheitlich-wissenschaftlichen Stil und verband dabei neopsychoanalytische Konzepte mit Anthropologie und Sozialpsychologie.

Obwohl Thompson keine eigenständige Theorie formulierte, leistete sie als Psychotherapeutin und Ärztin, als Lehranalytikerin und Dozentin, als Begründerin und Leiterin des William Alanson White-Instituts sowie als Autorin von vielen Publikationen einen wesentlichen Beitrag zur neopsychoanalytischen Bewegung. Sie glaubte daran, dass psychodynamisches Wissen zur Stärkung von Humanität beiträgt, egal wie krank der Mensch auch sei. Ihr Buch *Psychoanalysis: Evolution and Development* (1951) ist ein Überblick über den Entwicklungsweg der psychoanalytischen Theorie und Praxis. Sie anerkannte Freuds Genie, betonte aber auch die Grenzen seiner Theorie. Besonders Wert legte sie auf eine gute Patienten-Therapeuten-Beziehung. Die Psychologie der Frau stellte sie in einen kulturellen Kontext. Das Geschlechterverhältnis wandelte sich im Laufe der Jahrhunderte und unterscheidet sich zwischen den Gesellschaften. Zunächst beschrieb sie die biologischen Unterschiede zwischen Mann und Frau, dann die sozialen Variationsmöglichkeiten auf dieser Basis und drittens, wie gesellschaftliche Varianten die natürlichen Bestrebungen von Frau und Mann hemmen oder fördern. Sie unterschied schon in den 1950er Jahren zwischen biologischem Geschlecht (*sex*) und sozialem Geschlecht (*gender*). Die soziale Ausformung des Geschlechts sei grundsätzlich eine gesellschaftliche Schöpfung. Mädchen würden ihre problematischste Phase in der Adoleszenz durchlaufen, wenn ihnen die Differenzen von Frau und Mann in Bezug auf soziale Macht und soziale Zwänge deutlich werden. Den angeblich größeren Narzissmus der Frau und ihren starken Wunsch, geliebt zu werden, führte Thompson auf gesellschaftliche und wirtschaftliche Notwendigkeiten zurück. In einem Aufsatz "Towards a Psychology of Women" (1953) benannte sie einige allgemeine Elemente der Psychologie der amerikanischen Frau in der damaligen Zeit.

Gemessen an anderen Vertretern der Neopsychoanalyse und der Humanistischen Psychologie ist Thompson sicher keine herausragende Persönlichkeit. Aber sie beschäftigte sich (wie Helene Deutsch und Karen Horney) mit der damals vernachlässigten weiblichen Seite der Psychodynamik. Heute repräsentiert das William Alanson White Institute immer noch den progressiven Flügel der Neopsychoanalyse in den USA. Das Institut lehrt ein breites Spektrum von psychodynamischen Ansichten und fördert inhaltliche Kontroversen und theoretische Vielfalt.

### Harald Schultz-Hencke

Zu jenen, die die wertvollen Funde der Psychoanalyse aufgriffen, aber in der Verarbeitung neue Wege einschlugen und über weite Strecken der Individualpsychologie folgten, gehört Harald Schultz-Hencke mit seinem Hauptwerk *Der gehemmte Mensch* (1940), das sich auf dem Schnittpunkt von Erziehung und Verdrängung bewegt.

Der Berliner Schultz-Hencke studierte Medizin und Psychiatrie in Freiburg/Breisgau und durchlief eine Analyse bei Sándor Rádo. Nach seiner Ausbildung am Berliner Psychoanalytischen Institut wurde er dort Dozent, wo er zusammen mit Otto Fenichel das sogenannte Kinderseminar, eine inoffizielle Diskussionsgruppe jüngerer Psychoanalytiker, organisierte. Wegen seiner Kritik an der Freud'schen Metapsychologie und Libidotheorie und seinem aktiven therapeutischen Herangehen erhielt er Lehrverbot. In *Schicksal und Neurose* (1931) stellte er seine Kritik der klassischen Psychoanalyse dar. Schultz-Hencke war kein Jude und konnte in Deutschland bleiben. Zusammen mit Felix Boehm, Carl Müller-Braunschweig und anderen versuchte er, unter der Herrschaft der Nationalsozialisten ab 1933 die Tiefenpsychologie am Leben zu erhalten. 1938 wurde die Deutsche Psychoanalytische Gesellschaft (DPG) auf Druck der Nazi-Behörden aufgelöst, womit

auch die Mitgliedschaft in der orthodoxen Internationalen Psychoanalytischen Vereinigung (IPV) erlosch. 1945 baute er zusammen mit Werner Kemper in Deutschland eine neopsychoanalytische Vereinigung und ein Institut auf. Auf dem ersten internationalen psychoanalytischen Kongress nach dem Krieg 1949 in Zürich begann die lange institutionelle Auseinandersetzung zwischen den orthodoxen und den modifizierten Analytikern. Bedingung für die Wiederaufnahme der deutschen Gruppe in die IPV war der Ausschluss von Schultz-Hencke, der (vermutlich zu Unrecht) mit dem Nationalsozialismus identifiziert wurde. Der weigerte sich aber zu gehen. Müller-Braunschweig trat mit einer kleinen Gruppe von Psychoanalytikern aus der wiedergegründeten DPG aus und gründete die Deutsche Psychoanalytische Vereinigung (DPV). Die DPV wurde 1951 in die Internationale Psychoanalytische Vereinigung (IPV) aufgenommen. Die Neopsychoanalyse Schultz-Henckes blieb international zunächst isoliert, bis sich die DPG in den 1960er Jahren wieder der orthodoxen Psychoanalyse, wie sie die IPV vertritt, annäherte.

Schultz-Hencke baute die gesamte Psychopathologie auf einer Theorie der menschlichen Antriebe (nicht »Triebe«) und ihrer erziehungs- und kulturbedingten Hemmungen auf. In erster Linie würden vitale kindliche Strebungen und Impulse gehemmt werden, auch »expansive Tendenzen« genannt. Es liegt nahe, Schultz-Henckes »Hemmung« und die psychoanalytische »Verdrängung« in enger Nachbarschaft zu sehen; der gehemmte Mensch ist weitgehend identisch mit dem verdrängenden Menschen. Das Symbol des gehemmten Menschen ist die Fessel, weshalb Schultz-Hencke erwog, seine Psychologie »Desmologie« und die Therapie »Desmolyse« zu nennen (von griechisch *desmos*, die Fessel).

Schultz-Hencke beschrieb den Grundmechanismus der Verdrängung in fast schon genial einfachen Worten: »Ein ganz kleines Kind erlebt expansives Streben. Dieses gerät mit der Welt in Konflikt. Es verdrängt solch Streben und wird gehemmt. Das ist der Kern«. Für ihn war klar, dass man hier weder von Krankheit (Freud) noch vom Irrtum (Adler) sprechen kann.

Schultz-Hencke unterschied drei grundlegende Strebungen im Menschen: das Besitzstreben, das Geltungsstreben und das Sexualstreben. Mit anderen Worten, es gibt ein naturbedingtes Haben und Behaltenwollen, ein Geltenwollen sowie Sexualität und Zärtlichkeit. Schultz-Hencke ging von einem ganzen Spektrum von Antrieben aus, die er kaptativ (ergreifend), retentiv (behaltend), aggressiv, sexuell und zärtlich nannte. Sie alle werden gelenkt von der Intentionalität, der Weltzuwendung. Ein Kind habe bereits eine ertümlische Zuwendung zur Welt, vor allem zur Mutter. Daraus werde später die Zielrichtung im Leben, das Streben. Schultz-Hencke meinte auch, dass es einen eigenständigen geistigen Antrieb im Menschen gibt. Geist sei nicht sexuelle Sublimierung, sondern ein primäres Bedürfnis.

Das kindliche Leben setzt sich laut Schultz-Hencke aus der Mischung verschiedenartiger Antriebe zusammen, die zur Bewältigung des Lebens ausgebildet werden müssen. Es sei die Aufgabe der Erziehung, diese Antriebe zu kultivieren. Schultz-Hencke formulierte Freuds Theorie von der sexuellen Phasenentwicklung um: Was die Psychoanalyse orale Sexualität nannte, ist seiner Meinung nach die allgemeine Problematik des Haben- und Behaltenwollens, die in den ersten beiden Jahren hervortritt. Der Säugling wolle sich die Welt aneignen und einverleiben, da dies von seiner Selbsterhaltung her gefordert ist. In der analen Phase folgen eine Auseinandersetzung mit der sozialen Umgebung, das Behalten und

das Hergeben, worin die Reinlichkeitserziehung eine hervorragende Rolle spiele. Die ordnungsgemäße Abgabe der Exkremente sei die Vorstufe einer allgemeinen Kooperation mit der Umwelt.

Noch später, in der phallischen Phase, drehe sich vieles um Geltung und Minderwertigkeitsgefühl, Selbstachtung oder Selbstverkleinerung, wobei Besitz oder Nichtbesitz eines Penis wahrscheinlich kaum eine zentrale Erfahrung darstelle. Es ging Schultz-Hencke viel mehr um soziale Wertschätzung, die auf dieser Altersstufe genau registriert werde. Vieles, was Freud unter dem Motto des Lustgewinns abhandelte, seien menschliche Interaktionen. So sei das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes kein Ableger eines Sexualtriebes, sondern ein ursprüngliches Phänomen. Das ist auch Adlers Position.

Stärkste Hemmungsfaktoren seien erzieherische Härte, Lieblosigkeit und Verwöhnung, die das Kind einschüchtern, ihm seine Selbstständigkeit nehmen oder aber seinen Trotz hervorrufen. Angst und Schuldgefühle seien grundlegend am Zustandekommen von Gehemmtheiten beteiligt. Das ursprünglich vorhandene lustvolle Lebensgefühl werde verkleinert und unterdrückt. Konkrete Auslöser und Motor der Gehemmtheit von Strebungen und Impulsen seien wiederholte Bedrohungen. Die lebendigen Strebungen des Kindes werden bedroht, das Kind entwickelt Furcht, schiebt die Strebungen in den Hintergrund und entwickelt einen Angstreflex und einen Abwehrmechanismus. Das Christentum mit seiner asketischen Moral habe an der Hemmung entscheidenden Anteil. Das betreffe beispielsweise das Erobern und Behalten von Freunden und Lebenspartnern, die Fähigkeit, sich zu vertreten, das Einbeziehen von Körperlichkeit und Sexualität usw.

Aus diesem mangelhaften Lebensvollzug ergeben sich weitreichende Konsequenzen, die Schultz-Hencke im Anschluss ausführ-

lich behandelte. Über den Weg der Verängstigung werde das Kind schüchtern und passiv oder unrealistisch anspruchlich. Es könne auch eine Initiativlosigkeit durch Überkompensation verdeckt werden, doch werde es sich dabei mehr um Getue denn Tat handeln. Auf dem Boden der Gehemmtheit wachsen noch weitere Eigenschaften, die erzieherisch bedeutsam werden, zum Beispiel fehlendes Können und Wissen, mangelhafte Arbeitstechnik, Mußeunfähigkeit, verringerte Selbst- und Menschenkenntnis, ungeschickter Umgang mit den Mitmenschen und mangelndes Selbstvertrauen. Die primäre Hemmung der Vitalität ziehe einen ganzen Rattenschwanz weiterer Lebenseinschränkungen nach sich. Der gehemmte Mensch sei dabei nicht unbedingt ein stiller Mensch. Schultz-Hencke erläutert alle traditionellen Laster von Habgier über Neid bis Jähzorn als überkompensierte Hemmungsphänomene. Nur der verdrängte oder verstümmelte Antrieb neige zu Exzessen. Typische »Entwicklungsbilder« des Gehemmten, die Schultz-Hencke zusätzlich beziehungsweise neben den »Lastern des Gehemmten« beschreibt, sind das stille Kind, aber auch das überlaute Kind (beide sollten den Erzieher aufmerksam machen), die Duckmäuser und Streber, der Unterwürfige, der Gesellschaftslöwe, der Konservative, der »unschuldig Verfolgte«, der Lügner, der Hochstapler und der ultraradikale Kritiker. Schultz-Hencke beschreibt sehr schön den *circulus vitiosus*, in den ein Kind hineinkommt und seine Gehemmtheit perpetuiert wird. Spekulative Aussagen über die Qualität des Unbewussten seien nicht nötig.

Die Hemmung von vitalen, zum Wachstum benötigten Impulsen hat aber noch eine andere Seite. Manche Impulse bedürfen der Hemmung, um nicht zu erheblichen Einschränkungen anderer und zur Selbstgefährdung zu führen. Hier berührt sich der Hemmungsbegriff mit dem der Sublimierung. Hemmung ist für Schultz-Hencke unvermeidlich. Qualitativ sei Hemmung

eine ubiquitäre, überall vorkommende Erscheinung. Beim gehemmten Menschen liege sie lediglich in größerer Quantität vor. Verdrängung kann auch ein Schutzmechanismus gegen Traumen und lähmende Konflikte zwischen Ich-Impulsen und kulturellen Anforderungen sein. Kein Mensch unseres Kulturkreises wird gänzlich frei von derartigen Einschränkungen sein.

Schultz-Hencke war ein universell gebildeter Mensch, dem es allerdings an Umgänglichkeit und Geschmeidigkeit mangelte. Seine mit trockener Akribie verfassten Bücher sind nicht leicht zu lesen. Dennoch ist seine Theorie der Hemmung lebensnaher als der Pansexualismus Freuds. Es handelt sich um ein interessantes Amalgam aus Freud und Adler, erweitert durch eigene Beobachtungen und Überlegungen.

### Michael Balint

Der ungarische Psychoanalytiker Michael Balint studierte zunächst Medizin. Er ging 1920 nach Berlin, wo er seine Lehrtherapie bei Hanns Sachs begann. 1924 kehrte er nach Budapest zurück, wo er seine psychoanalytische Ausbildung bei Sándor Ferenczi fortsetzte. 1929 publizierte er eine Arbeit über Psychoanalyse und klinische Medizin, die ihn zu einem Pionier der psychosomatischen Medizin machte. 1939 emigrierte Balint nach England. 1947 nahm er seine Arbeit an der *Tavistock Clinic* auf. 1968 wurde er zum Präsidenten der Britischen Psychoanalytischen Gesellschaft gewählt. Viele Merkmale von Balints Arbeit tragen Züge der Ich-Psychologie, der Objektbeziehungspsychologie, der Neopsychoanalyse, der Individualpsychologie, der Selbstpsychologie und der Narzissmuskonzepte. Sein wichtigstes Werk ist *Der Arzt, sein Patient und die Krankheit* (1957, deutsch 1966). Die 1950 eingeführten und heute weltweit verbreiteten Balintgruppen sind nach ihm benannt. Dabei handelt es sich um Supervi-

sionsgruppen für Allgemeinmediziner mit einem Schwerpunkt auf psychologische Dynamiken.

Balint setzte sich intensiv mit dem Einfluss unbewusster Phantasien des Arztes gegenüber dem Patienten auseinander. Das, was in der Tiefenpsychologie Gegenübertragung genannt wird, spielt dabei die zentrale Rolle. Psychologische Komplexe können vom Arzt unreflektiert auf den Patienten übertragen werden und sowohl die Haltung dem Patienten gegenüber als auch therapeutische Entscheidungen wesentlich mitbestimmen.

Auch Balint suchte nach der *einen* Ursache für psychische und psychosomatische Störungen. Er nannte sie Grundstörung, die Störung oder Versagung des Wunsches nach primärer Liebe. Sie engt im späteren Lebensverlauf die freie Handlung des Menschen mehr oder weniger ein, was an Schultz-Henckes Hemmung erinnert. Einige Menschen bleiben in der Lage, ihre Probleme zu lösen, andere ertragen die Spannung ungelöster Probleme, und die dritten reagieren mit Krankheit.

Ausgehend von den Objektbeziehungstheoretikern entwickelte die Neopsychoanalyse Theorien der Beziehung. Tiefenpsychologie und Psychosomatik betonen, dass der Mensch hauptsächlich an seinen gestörten zwischenmenschlichen Beziehungen erkrankt. Daher bedarf der Kranke in jedem Falle der mitmenschlichen Zuwendung. Er kann nur geheilt werden, wenn er in den Phasen seiner Erkrankung, aber auch in einer nachgehenden Fürsorge und Therapie, menschliche Nähe und Wärme, Verständnis und Ermutigung erhält. Das alles kann ihm nur ein Arzt oder Psychotherapeut geben, der nicht lediglich auf das Somatische seines Patienten fixiert ist. Der Arzt ist dazu aufgerufen, in die Seelenkrankheit seiner Patienten einzutreten und mit ihnen die Verzerrungen und Verstüm-



melungen des Welt- und Selbsterlebens durchzustehen, um sie korrigieren zu können.

Balint betonte deshalb die Wichtigkeit der Arzt-Patient-Beziehung. Die entscheidende Idee war, Störungen des Patienten nicht nur als Manifestationen eines körperlich-organischen Defekts anzusehen, sondern auch als möglichen Ausdruck einer Konfliktsituation oder einer Anpassungsschwierigkeit. Es geht bei der Balint-Arbeit nicht um Selbsterfahrung und um das Ausdiskutieren unterschiedlicher Auffassungen zur Therapie. Es geht vielmehr um Fortbildung für die beteiligten Ärzte und Therapeuten, die aus dieser konkreten Nutzen für ihren Praxisalltag ziehen sollen. Im Zentrum der Balintgruppe steht der Versuch, die eigenen Gefühle in der Therapeuten-Patienten-Beziehung zu erkennen, der Schwerpunkt liegt auf der Analyse der Beziehungsstörung. Gelingt diese, kann sich der Therapeut vom Mitagieren befreien und er gewinnt neue Handlungsfreiheit. Es soll also verhindert werden, dass der Therapeut sein Wirken falsch einschätzt. Er soll lernen, auf seine Gefühle zu achten und diese zu akzeptieren. Man lernt, im Umgang mit Patienten ausgeglichener und gelassener zu sein – vor allem auch realistischer in der Einschätzung der Möglichkeiten als Therapeut. Es wird sich um Patienten handeln, die therapieresistent oder anspruchlich sind, die nicht gut mitmachen oder störend sind. Die Schilderung der Patientenpersönlichkeit sollte möglichst detailreich sein, um die Anschaulichkeit für die Anwesenden in der Gruppe zu erhöhen. Schon die Forderung nach Details schult die Wahrnehmung. Balint regte zudem das Phantasieren an, das gegen Ende der Sitzung aufkommen darf. »Frechphantasieren« und »Frechdenken«, das etwas wilde Hypothesenbildern, gehört nach Balint zur Gruppenarbeit.

Der Name Balint wird am häufigsten mit den Balint-Gruppen assoziiert. Viel weniger bekannt sind seine Beiträge zur Psychoana-

lyse der frühesten Objektbeziehungen. Er kritisierte das Konzept des primären (autistischen) Narzissmus. Vielmehr werde bereits der Säugling von zwischenmenschlichen Beziehungen geprägt. Balint meinte, eine »primäre Liebe« in diesem Alter entdeckt zu haben. Die Betonung des Beziehungsaspektes brachte Balint in Konflikt mit fixen Anschauungen und Praktiken: im Bereich der Medizin mit der einseitig am somatischen Krankheitsbegriff orientierten Arbeitsweise, in der Psychoanalyse mit dem Konzept des primären Narzissmus, der üblichen distanzierten Behandlungstechnik und der Triebtheorie. Eine ganze Welt anderer Sphären (Wärme, Rhythmik, Geschmack, Geruch, taktile Reize usw.) falle in der orthodoxen Sicht unter den Tisch.

Seiner Anschauung nach beruht die fundamentalste Störung des menschlichen Lebens nicht auf einer schiefgelaufenen Triebentwicklung bzw. einem pathologisch gelösten Konflikt zwischen Trieb/Umwelt und Ich, sondern auf einem tiefen Nicht-Zueinanderpassen von Kind und Umgebung. Die Diskrepanz zwischen Bedürfnis und tatsächlicher libidinöser und materiel-ler Versorgung führe zur Grundstörung. Das Individuum versuche verzweifelt, die ursprüngliche Einheit wieder herzustellen. Balint beschrieb als Reaktionsmöglichkeiten das Anklammern an das (Teil-)Objekt, um es nicht zu verlieren (Oknophilie), den Versuch, ohne die schwer ausrechenbaren und sie beunruhigenden anderen Menschen auszukommen (Philobatismus) und die sekundäre narzisstische Besetzung des Ichs. All diese Versuche der Wiederver-schmelzung scheitern. In der Liebe und im (gemeinsamen) Orgasmus sei das höchste mögliche Maß der ursprünglichen Ver-schmelzung erreichbar.

Balint hatte eine Fülle von Ideen formuliert, die sich zwanglos aus der genauen Beobachtung auch von Kleinkindern ergaben und die unabwendbar mit Freuds Vorstellungen kollidieren mussten. Allein Freuds

quasi-sexuelle Triebentwicklung war ein lediglich theoretisches Konstrukt, in welchem die Beziehungen des Kleinkindes zu den Menschen seiner Umgebung ignoriert wurden. Die Triebtheorie verlässt die Grenzen der individualistischen Ein-Personen-Psychologie nie. Mit Balint betreten wir die – wie er es nannte – Zwei-Personen-Psychologie, angefangen bei der Kind-Mutter-Beziehung. Aus dem Konzept von der Grundstörung ergaben sich Konse-

quenzen für die Therapie. Im Sinne einer korrigierenden emotionalen Erfahrung (siehe Franz Alexander) sollte der Therapeut (oder Arzt) das primär frustrierte Liebesbedürfnis des Patienten zumindest teilweise nachholend befriedigen und ihm zum Beispiel die Hand halten, um zu trösten und zu beruhigen. So gesehen waren Ferenczi und Balint Wegbereiter einer körperorientierten Psychotherapie.

## 11. Humanistische Psychologie

---

Die Tiefenpsychologie steht teils in Konkurrenz, teils in Kooperation mit einigen anderen psychologischen Richtungen, die grob in drei Richtungen eingeteilt werden können: die Verhaltenstherapie, die Systemische Psychologie und die Humanistische Psychologie. Die größten Überschneidungen gibt es mit der Humanistischen Psychologie.

Ihre weltanschaulichen Wurzeln hat die Humanistische Psychologie im Humanismus, im Existenzialismus, in der romantischen Lebensphilosophie und in der Phänomenologie. Humanistische Bestrebungen lassen sich in der gesamten abendländischen Philosophie erkennen und bis in die Antike zurückverfolgen. Humanisten setzen sich ein für Toleranz, Gewaltfreiheit und Gewissensfreiheit. Zentral für den Humanismus sind der Wert und die Würde des einzelnen Menschen. Humanismus bezeichnet die Gesamtheit der Ideen von Mitmenschlichkeit und des Strebens nach einer Verbesserung des Daseins. Das Glück und das Wohlergehen des einzelnen Menschen wie der Gesellschaft bilden die höchsten Werte, an denen sich jedes Handeln orientieren sollte. Der Humanismus vertraut darauf, dass jeder Mensch die Fähigkeit besitzt, sich zu bilden und weiterzuentwickeln. Die schöpferischen Kräfte des Menschen sollen sich entfalten können. Gemeinschaft und Gesellschaft sollen in einer fortschreitenden Weiterentwicklung die Freiheit und den Schutz des einzelnen Menschen gewährleisten.

Griechische Denker waren die ersten, die den Wert des Individuums erkannten und propagierten. Die griechischen Denker selbst waren Individualisten, die den Mut hatten, sich ihres eigenen Verstandes zu bedienen. Für gut 2000 Jahre war der philosophische Humanismus gebunden an die Gottesidee, d.h. an die Vorstellung, es gebe einen Gott,

auf den bezogen die Menschen leben müssten. Die Abkehr vom Glauben an einen personalisierten Gott, an einen existierenden Weltenschöpfer, bedeutete eine ungeheure Befreiung des Denkens. Jetzt hieß es, der Mensch als Spezies entstand in einer fast unendlichen Reihe aus niederen Lebensformen und stellt in Bezug auf Komplexität einen bisher nicht dagewesenen Höhepunkt dar. Die Einmaligkeit der Spezies und jeder ihrer Einzelwesen begründet eine besondere Verantwortung für sie.

Der säkulare Humanismus beginnt in der Zeit der Aufklärung. Mit Ludwig Feuerbach (*Das Wesen des Christentum*, 1841) trat die Philosophie an die Stelle der Religion. Die Verantwortung, die die Menschen an Gott delegierten, müssten diese nun für sich selbst übernehmen. Die Geschichte der Religion ist auch eine Geschichte des verborgenen Atheismus. Immer schon gab es Atheisten, die die Gottesidee und die Rolle der religiösen Institutionen kritisierten und ablehnten.

Karl Marx knüpfte an die Religionskritik Feuerbachs an, um seinen atheistischen Humanismus zu begründen. Der Mensch mache sich seine Religion und seinen Gott; Gott machte nicht den Menschen. Daraus folgt, dass der Mensch sein Schicksal selbst in die Hand nehmen muss. Marx setzte den Kommunismus mit einem atheistischen Humanismus gleich. Sigmund Freud wurde ebenso wie Marx von Feuerbach angeregt und kritisierte die Religion aus der Perspektive der Psychoanalyse als Erfüllung des tief sitzenden Wunsches nach einem gütigen und mächtigen Vater. Der persönliche Gott sei psychologisch gesehen ein überhöhter Vater. Die Religionskritik und die Befreiung von der Gottesidee seien Elemente einer Selbstaneignung des Individuums, was letztlich zu

einer allmählichen Verbesserung der allgemeinen Lebensverhältnisse führe.

Diese Vorstellungen haben sich materialisiert in den Verfassungen westlicher Staaten und in der Präambel der Charta der Vereinten Nationen, deren erster Satz lautet: „Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren.“ Und das deutsche Grundgesetz beginnt mit den Worten: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.“ Der Humanismus wurde zu einem Rechtswert. Die Unantastbarkeit der Menschenwürde als Rechtsgut ist eine historische Konsequenz aus dem Staatsterror des Nationalsozialismus, aber auch eine Konsequenz aus einem säkularen Humanismus, der die Existenz eines Gottes nicht anerkennen kann.

### **Abraham Maslow**

Die erste ausgearbeitete humanistische Psychologie geht auf den Amerikaner Abraham Maslow zurück. Er wurde insbesondere durch die Maslowsche Bedürfnispyramide bekannt. Alle Menschen wollen das gleiche – und zwar in der gleichen Reihenfolge, sagte Maslow 1943. Bedürfnisse unterteilte er in fünf Stufen. Die physiologischen Bedürfnisse sind die grundlegenden Bedürfnisse, Maslow spricht auch von physiologischen Trieben. Diese Stufe ist die mächtigste von allen. Es sind Grund- und Existenzbedürfnisse nach Luft, Wasser, Essen, Schlaf, Bewegung, Wärme usw. Die zweite Stufe sind Sicherheitsbedürfnisse. Darunter werden verstanden Stabilität, Geborgenheit, Schutz, Angstfreiheit, Ordnung, Struktur, Verlässlichkeit und so weiter. Danach entstehen soziale Bedürfnisse nach Liebe, Zuneigung und Zugehörigkeit. Sind diese drei Bedürfnisstufen befriedigt, können Anerkennungsbedürfnisse ins Auge gefasst werden: Wertschätzung durch Status, Respekt, Auszeichnungen, Lob, Wohlstand, Geld, Einfluss, berufliche und

private Erfolge usw. Die fünfte und letzte Stufe bezeichnet das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung, Talententfaltung, Perfektion, Selbstvervollkommnung und Weisheit. 1970 erweiterte Maslow seine Pyramide um eine weitere Stufe und neue Spitze: die Transzendenz. Er verstand darunter die Suche nach Gott, die Suche nach einem das Individuum überschreitenden Dimension. Er beschäftigte sich ausführlich mit begleitenden Phänomenen wie der Motivation, der Ganzheitlichkeit des Menschen, der Identität, der Selbstverwirklichung und der menschlichen Natur.

Dieses scheinbar einfache Modell hat natürlich seine Tücken und es wurde wegen seines reduktionistischen Charakters kritisiert. Maslows Bedürfnispyramide gehe von einem westlich geprägten Statusdenken und einem Individualismus aus, die nicht überall selbstverständlich seien. Die Ebenen würden sich vermischen, die Befriedigung von Bedürfnissen können gleichzeitig angestrebt werden und einmal gestillte Bedürfnisse blieben nicht auf Dauer gestillt. Trotz der Einwände blieb das Pyramidenmodell wegen seiner Eingängigkeit beliebt.

### **Carl Rogers**

Maslows Konzept wurde später von Carl Rogers in seiner „klientenzentrierten Psychotherapie“ (auch: nichtdirektive oder Gesprächstherapie) aufgenommen und für den therapeutischen Bereich weiterentwickelt. Wie einige andere Philosophen und Psychologen feierte Rogers die Kraft des Ich – in bewusster Abgrenzung zur Vorstellung von einem schwachen Ich, welches von seinen Trieben hin und her gescheucht wird. Das Individuum, so Rogers, verfüge potenzielle über große Möglichkeiten, um sich selbst zu begreifen, sich selbst zu ändern und sich selbst zu steuern. Dieses Potenzial könne erschlossen werden durch eine sachdienliche Psychotherapie, die gekennzeichnet sei durch gegenseitiges prinzipielles Wohlwollen

unter Einschluss der emotionalen Ebene. Er setzte sich ein für gute gegenseitige Beziehungen zwischen Eltern und ihren Kindern, zwischen Ehepartnern und zwischen Patienten und Therapeuten. Anders als Freud sah er prinzipiell das Gute im Menschen.

Wie bei Maslow spielt bei Rogers das Streben des Menschen nach Selbstverwirklichung (*self-actualisation*) eine zentrale Rolle. Die Selbstverwirklichung sei das einzig wirklich starke Motiv im Menschen. Daneben benötige der Mensch aber auch anerkennende Beachtung (*positive regard*). Eindrücke und Erlebnisse beeinflussten die Entwicklung des Selbstkonzeptes, das sich negativ oder positiv ausdrückt. Die beiden Pole Idealself und Realself dürfen nicht zu weit voneinander abweichen, da es sonst zu Minderwertigkeitsgefühlen und anderen psychischen Störungen kommen könne. Die Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts sei also zentral und wird mit vorbereitet durch die Liebe der Eltern zu ihrem Kind, durch Wertschätzung der Umwelt, durch Echtheit und Interesse im persönlichen Umgang, durch das Zugestehen zunehmender Autonomie des Kindes, durch Anregungen und Unterstützung, durch Sicherheit, Geborgenheit und Zuverlässigkeit der bestehenden Beziehungen und vor allem auch durch das Zulassen von Gefühlen, auch solchen negativer Natur.

Rogers fertigte als Erster Gesprächsprotokolle von therapeutischen Gesprächen an und versuchte herauszufinden, wann der Therapeut in der therapeutischen Situation hilfreich sein konnte. Als entscheidend schien es ihm, dass der Therapeut oder Berater den Klienten oder Patienten dazu verhilft, seine Affekte und Gefühle zu erkennen und zu einem angemessenen Ausdruck zu bringen. In einem gelungenen Gespräch übernehme der Klient wieder die Verantwortung für seine Probleme und vor allem für die Problemlösung. Der Therapeut ermutigt dazu, alle Gedanken und Gefühle auszudrücken. Es geht um eine klare Sicht auf die Probleme

und Nöte. An dieser Stelle empfahl Rogers eine seltsame Therapieregeln: Der Therapeut solle die Gedanken und Gefühle des Klienten wiederholen, so dass sich dieser vollkommen verstanden fühlt: „Ja, genauso habe ich es gemeint.“ Aber kann sich der Patient durch ein bloßes Echo ernst genommen fühlen? Das Nichtdirektive in Rogers' Beratung und Therapie besteht darin, den inhaltlichen Vorgaben des Patienten zu folgen, ihm keine Ratschläge zu erteilen, nur Vorschläge zu machen und nicht zu bestimmten Abläufen zu drängen. Der Klient solle zu selbstständigen Schlüssen und Entscheidungen kommen.

Rogers ging (wie Jean-Jacques Rousseau und Alfred Adler) davon aus, dass der Mensch grundsätzlich gut sei. Neurose entstehe durch Missachtung der Selbstverwirklichungsbedürfnisse. Die Therapie soll deshalb jegliche Behinderung und Direktive vermeiden. Durch Empathie, Wertschätzung und Echtheit soll ein angstfreier Raum für die natürliche Selbstentfaltung des Klienten angeboten werden. Lange Zeit verzichtete die Gesprächstherapie deshalb auf Diagnostik. Bedenklich ist, dass die Laissez-faire-Haltung des Therapeuten bei Patienten, die keine Idee für eigenes Wachstum mitbringen, verunsichernd wirken kann. Wissenschaftliche Studien belegen eine Verbesserung des Wohlbefindens besonders bei Patienten mit einem Bedürfnis nach Selbstbestimmung.

Das Wort »Gesprächspsychotherapie« ist etwas irreführend, da ja so gut wie alle tiefenpsychologischen Therapien auf dem Gespräch beruhen. In den 1970er Jahren wurde die Gesprächstherapie durch Reinhard Tausch auch in Deutschland populär und stellt heute – neben den drei großen tiefenpsychologischen Richtungen – die am häufigsten angewendete Therapieform dar.

### Viktor Frankl

Logotherapie und Existenanalyse (abgeleitet vom griechischen *logos*, der Sinn) sind zwei

überwiegend synonym verwendete Begriffe für eine um 1930 von Viktor E. Frankl (1905–1997) neben der Psychoanalyse Sigmund Freuds und der Individualpsychologie Alfred Adlers begründeten Schule. Beide kannte Frankl persönlich. Dramatisch und mitentscheidend für sein späteres Leben wurden seine Erfahrungen im Getto Theresienstadt. Als Juden wurden er, seine Frau und seine Eltern im September 1942 dorthin deportiert. Sein Vater starb dort 1943, seine Mutter wurde in der Gaskammer von Auschwitz ermordet, seine Frau starb im KZ Bergen-Belsen. Frankl wurde 1944 von Theresienstadt nach Auschwitz gebracht und im April 1945 von der US-Armee befreit. Seine Eindrücke verarbeitete er in dem Buch ... *trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager* (1946). Besonders in den USA wurde es ungeheuer populär; es soll dort mehr als neun Millionen Mal verkauft worden sein.

Das Buch ist durchdrungen von Optimismus und Hoffnung. Frankls Grundthese lautet, dass das Leben leichter zu leben ist, wenn ein Sinn darin gefunden werden kann. Die zentrale Erkenntnis aus den Konzentrationslagern war für Frankl, dass es möglich ist, auch noch unter inhumansten Bedingungen einen Sinn im Leben zu sehen. Für Frankl selbst war es die Vorstellung, dass er in der Zukunft Vorlesungen über die Auswirkungen des Lagers auf die Psyche halten wird. Diese Grundhaltung baute er später erfolgreich als Arzt für Neurologie und Psychiatrie und als Psychotherapeut in Wien und in den USA aus. Logotherapie ist als eigenständiges Therapieverfahren in Österreich anerkannt, in Deutschland wird sie nicht von den gesetzlichen Krankenkassen finanziert, aber einige Psychotherapeuten eignen sie sich in der Weiterbildung an.

Wie andere humanistische Schulen auch steht die Individualität des Patienten im Mittelpunkt von Logotherapie und Existenzanalyse. Sie sollen sich von Zwängen befrei-

en und eigenverantwortlich leben. Die Existenzanalyse hat zum Ziel, den Menschen zu einem bejahenswerten Leben zu verhelfen, worunter auch die Wiederherstellung eines dialogischen Austauschs mit der Umwelt gehört. Ähnlich wie Maslow berücksichtigte Frankl drei Bedürfnissebenen des Menschen: die physische Dimension (Leib), die psychische Dimension (Psyche) und die „noetische Dimension“ (Geist). Der griechische Begriff *nous* bezeichnet das menschliche Vermögen, etwas geistig zu erfassen, eine Möglichkeit der tieferen Einsicht, welche sich von der Sinnlichkeit abgrenzt. Der Mensch sei potenziell ein Erkennender, der sich auch den Sinn seines Lebens erarbeiten und sich damit über seine irdische Existenz erheben kann. Die Logotherapie unterstützt darin, Lebenslagen sinnvoll auszufüllen oder umzubewerten.

### Fritz Perls

Der Psychiater Fritz Perls (1893–1970) entwickelte mit seiner Frau Laura Perls, und unter Mitarbeit von Paul Goodman in den 1950er Jahren in den USA die Gestalttherapie, die mit zur Gruppe der Humanistischen Psychologien zählt. Zentraler Begriff ist die „Aufmerksamkeit“, die *awareness*, ein Gewahrwerden aller gegenwärtigen Gefühle und Handlungen und insbesondere des eigenen Körpers. Die Aufmerksamkeit auf sich soll den verlorengegangenen Kontakt zu sich und den Menschen der Umgebung wieder herstellen. 1951 erschien das Buch *Gestalt Therapy*, das er zusammen mit Paul Goodman und Ralph F. Hefferline verfasste. „Gestalt“, ein deutsches Wort, das der aus Berlin stammende Perls auch in seiner amerikanischen Zeit verwendete, bezeichnet die Form eines sinnvollen Ganzen. Man begegnet darin nicht nur der Struktur, sondern erneut dem Sinn, die zusammen eine in sich kohärente Ganzheit beschreiben. Eine Gestalt hebt sich ab vom Hintergrund, aus dem die seelische Figur hervortritt. Das individuel-

le Empfinden, das soziale Leben und überhaupt die Wirklichkeit werden ganzheitlich und zunächst ohne weitere Reflexion wahrgenommen. Die ganzheitliche Wahrnehmung ist mehr als die Summe der Sinneswahrnehmungen.

Neurose ist in diesem Konzept eine ungeschlossene Gestalt psychischer Qualitäten. Diese resultiert aus einer „Kontaktstörung“ des Individuums mit der Umwelt. Damit konnte sich eine vollständige oder geschlossene Gestalt im Sinne einer abgeschlossenen Anpassungsleistung nicht ausbilden. Die Störung könne nicht nur Distanz und Unverständnis sein, auch Verstrickung oder Verschmelzung sind zu beachten. Wer sich immer nach den Erwartungen anderer richtet, jeden Konflikt vermeidet, Harmonie und Nähe um jeden Preis herstellen will, sei „konfluent“ und missachtet die Differenz von Subjekt und Objekt. Mittels Gewährwerden soll der Klient in die Lage versetzt werden, seine Kontaktstörung zu erkennen und mit seiner Umwelt wieder in einen befriedigenden Austausch zu treten. Daraus folgt eines der wichtigsten Arbeitsprinzipien der Gestalttherapie, das Prinzip des Hier-und-Jetzt: Die gegenwärtige Situation, auch die zwischen Klient und Therapeut, wird als der entscheidende Ort betrachtet, wo der Status quo festgestellt wird und wo heilende Veränderung geschieht. Wahrhaftigkeit und Authentizität auf beiden Seiten sind existenziell.

Die Ziele der Gestalttherapie entsprechen denen der Tiefenpsychologie und des Humanismus: Persönlichkeitswachstum, Selbstverantwortung, Selbstverwirklichung und Kontaktfähigkeit. Die Vorgehensweise ist eklektisch, es werden verschiedenste Methoden aus anderen Schulen übernommen: Dialog mit abgelehnten Persönlichkeitsanteilen, der „leere Stuhl“, Rollenspiele, geleitete Fantasien, sprachliche Umformungen (z.B. „ich will nicht“ statt „ich kann nicht“), Verhaltensexperimente, Puppenspiel, Modellieren, Malen, Musik usw. Die Wirkungen des Verfah-

rens sind wie so häufig nicht ausreichend untersucht, ein Vorteil gegenüber anderen Therapierichtungen noch nicht wirklich nachgewiesen.

### Erich Fromm

Erich Fromm (1900–1980) war ein großer und großartiger Gelehrter, der – vom Freudianismus und Marxismus herkommend – eine eigene Anthropologie, eine Ethik und eine humanistische Psychotherapie schuf. Wenn eine tiefenpsychologische Zivilisations-, Politik- und Wirtschaftskritik gefordert wird, dann ist Fromm jener Autor, der ihr am besten und am weitesten gerecht wurde. Er analysierte im Laufe seines Lebens und literarischen Schaffens einige jener gesellschaftlichen und ökonomischen Faktoren, die die Menschen prägen und sie oftmals verbiegen: die vorherrschenden Ideen und Ideale, also die religiösen, politischen und philosophischen Ansichten und Vorurteile, denen das Individuum im Laufe seiner Entwicklung begegnet. Fromms Analyse der industriellen Gesellschaften beeindruckt durch die Weite ihres historischen Horizonts und vermittelt eine Fülle noch heute gültiger psychologischer Einsichten zu Autorität und Familie. Er lässt sich vergleichsweise leicht lesen, er langweilt den Leser nicht und seine Schriften entwickeln in ihrer Argumentation oft einen Sog wie ein Thriller. Auf der anderen Seite ist Fromms Werk völlig humorfrei. Anders als die drei Gründer der Tiefenpsychologie verzichtet er fast gänzlich auf Spekulationen. Seine sozialpsychologischen Forschungen am Institut für Sozialforschung in Frankfurt/M. ab 1930 (zusammen mit Max Horkheimer, Theodor W. Adorno, Walter Benjamin und Herbert Marcuse) sind solide wissenschaftliche Arbeiten auf dem Gebiet einer analytischen Sozialpsychologie.

Er ist unter den Psychotheoretikern eines der wenigen Exemplare des *homo politicus*; für ihn sind Gesellschaftsprobleme ein echtes Anliegen, die in die psychotherapeutische Behandlung hineinspielen und es notwendig

machen, zum Verständnis des Einzelpatienten soziologische, historische, philosophische und ökonomische Betrachtungen anzustellen. Zudem war er konkret politisch aktiv in der *American Socialist Party*, deren Parteiprogramm er mitentwarf, und für den Präsidentschaftskandidaten der Demokraten Eugene McCarthy 1968. Kein anderer Psychoanalytiker kann ein solches Engagement vorweisen.

Die Revision, die Fromm am Erbe Freuds vornahm, war derart gründlich, dass von den ursprünglichen Prämissen der psychoanalytischen Anthropologie, Kulturtheorie und Neurosenlehre außer der allgemeinen Fragestellung nicht viel übrig blieb. Der Marx'schen Lehre von der Befreiungsmission des Proletariats maß Fromm keine Bedeutung bei. Die Entfremdung ist für ihn ein allgemeinmenschliches Problem. Dieser Begriff umfasst die Summe der Unfreiheit, des Unglücks, der Einsamkeit und des Bösen, unter dem die Menschheit leidet. Das Marx'sche Konzept der proletarischen Revolution ist eine Auflehnung gegen diese Bedingungen und zugleich ein optimistisches Bekenntnis, dass die Menschheit fähig sei, ihre Menschlichkeit wiederzugewinnen. Hierin ging Fromm völlig konform mit dem jungen Marx. Marx entwickelte ein Konzept, wie der Mensch sich aus seinen Fesseln befreien kann, wie er vom Spielball irrationaler ökonomischer Mächte zum Herrn über sein Schicksal werden könne. Fromm verehrt den jungen Marx geradezu, weil es um Würde und Freiheit und um Selbstverwirklichung der Persönlichkeit ging (was dem gleichkommt, was Jung Individuation nannte).

Fromms Marx-Rezeption ging von einer richtigen Interpretation seines Humanismus aus, blieb aber dennoch äußerst selektiv. Fromm übernahm von Marx lediglich die Idee des „ganzen Menschen“, die utopische Versöhnung mit der Natur und die Ideale vollkommener Solidarität und vollständiger Gleichheit. Die Idee der Entfremdung wurde bei

Fromm zum Bösen, Antimenschlichen schlechthin erweitert. Er übernahm von Marx auch die Utopie, aber nichts von dem, was Marx über die Wege lehrte, die zu ihr führen sollten – nicht seine Theorie des Staates, des Proletariats, der Revolution und der Diktatur. Fromm trug erheblich dazu bei, das Bild von Marx als einen Humanisten zu popularisieren.

Das Ziel der Entwicklung des Individuums ist für Fromm die Freiheit von irrationalen Abhängigkeiten und Ängsten. Er betrachtet die Neurose als einen Missbrauch oder Falschgebrauch der Freiheit oder als eine Flucht vor ihr durch Unterwerfung unter eine (politische) Autorität, durch Machtstreben (Macht über andere), durch Zerstörung und Destruktion oder durch den Zwang zur automatenhaften Konformität. Er sah die Ursachen dieser neurotischen Mechanismen in sozialen und kulturellen Faktoren, nämlich im engen Zunftsysteem des Mittelalters und im Kapitalismus der Neuzeit.

Fromm teilte nicht den für Adorno und Freud charakteristischen Negativismus und Pessimismus. In Unterscheid zu Adorno meinte Fromm, dass man in allgemeinen Umrissen bestimmen kann, wie wahres Menschentum aussehen würde. Er nannte dies den „produktiven Charakter“, das ist der Schlüssel zu Fromms Werk. Er wird abgegrenzt zur „nicht-produktiven“ Charakterhaltung. Die nicht-produktiven Haltungen werden von Fromm aufgefächert in rezeptive, ausbeuterische, autoritäre, hortende, konformistische, narzisstische und nekrophile Orientierungen sowie den Marketing-Charakter.

Bei Fromm stellt sich freilich immer wieder die Frage, was er unter einem produktiven Charakter versteht. Fromm sagt, dieser Charakter habe eine humane Antwort auf die Sinnfrage menschlichen Lebens gefunden. Der Produktive gelangt zu Ruhe, Frieden und innerer Freude. Mit einem Wort: Der produktive Charakter ist die Entwicklung sämtli-



cher Möglichkeiten des Individuums, dessen optimale Existenz. Er hat „genitale Libido“, um ein Wort Freuds zu verwenden, bzw. Gemeinschaftsgefühl, um Adler zu zitieren. Der realistische Gesellschafts- und Religionskritiker Fromm wandelte sich im Laufe der Jahrzehnte zu einem Lehrmeister der „inneren Umkehr“. Es war Fromm klar, dass die Gesellschaft eine partielle Abschottung vom vorherrschenden Leben und ihren konformistischen Zumutungen nicht unterstützt; er hat eindringlich auf den Zusammenhang von Individuation und partieller Vereinsamung hingewiesen. Doch im Unterschied zu Adorno, dessen Bücher voller Überheblichkeit und Arroganz sind, strahlen die Schriften Fromms Güte und Menschenfreundlichkeit aus. Und im Unterschied zu Freud glaubte Fromm, dass der Mensch zu Freundschaft und Kooperation fähig sei, und dass beide eine Bereicherung und kein narzisstischer Verzicht seien.

Auch bei Erich Fromm finden wir physiologische und psychische Bedürfnisse im Zentrum seiner humanistischen Psychologie. Die menschliche Natur sei gekennzeichnet durch existentielle Bedürfnisse nach Bezogenheit, Transzendenz, Verwurzelung, Identitätserleben, Erregung und Stimulation sowie nach Orientierung und einem Objekt der Hingabe. Der Mensch sei anpassungsfähig, aber bestimmte Grenzen der Hemmung und Unterdrückung dürften nicht überschritten werden, sonst werde der Mensch physisch oder psychisch krank. Er werde auf irgendeine Art reagieren, sei es mit Resignation oder Rebellion. Fromm befasste sich deshalb in mehreren Arbeiten mit der *Sane Society* (1955), der kranken Gesellschaft, und mit den soziopolitischen Anforderungen an eine Gesellschaft, die den Grundbedürfnisse des Menschen förderlich ist. Fromm kritisierte nicht Gemeinschaft oder Gesellschaft an sich, sondern bestimmte Gesellschaften, namentlich die amerikanische kapitalistische Konsumgesellschaft.

Fromm lehnte die Vorstellung von der Triebenergie als anthropologische Konstante ab, meinte aber nicht, dass der Mensch umgekehrt unbegrenzt formbar und damit unbegrenzt versklavbar wäre. Der erwartbare Widerstand gegen Versklavung, Unterdrückung und Unfreiheit ist für Fromm Quelle der Hoffnung auf ein besseres, eigentliches Leben. Zweitens beschränke sich das Individuum nicht nur auf seine individuelle Bedürfnisbefriedigung, sondern die Beziehungsaufnahme zu den Anderen sei weitere Quelle der Befriedigung. Hier erfahre er Sinnhaftigkeit und Zugehörigkeit. Isolation und Kontaktmangel sei den Menschen nicht naturgegeben, vielmehr seien sie widernatürlich, zumindest neurotisch. Der Grundkonflikt sei nicht der zwischen Natur und Kultur, sondern zwischen starrer Sicherheit und lebendigem Schöpferium, zwischen Anpassung und Freiheit, zwischen Geborgenheit und Nonkonformismus.

In den Jahren 1961 bis 1978 veröffentlichte Erich Fromm mehrere Aufsätze und Reden, die in dem Sammelband *Humanismus als reale Utopie* herausgegeben wurden. Ausgehend von einer umfangreichen Analyse des westlichen Lebensstils mit seinem verzweifelten Konsumismus plädierte er für eine humanistische Alternative mit dem mitfühlenden, lebendigen, leidenden und denkenden Menschen als der zentralen Kategorie. In diesem Rahmen besteht für ihn der Sinn des Lebens in der weitergehenden Entwicklung der menschlichen Eigenkräfte, insbesondere von Vernunft und Liebe. Der Mensch solle sein enges Ich transzendieren und sein Leben so gestalten, dass er es bejahen kann. Die bewusste Aneignung des Unbewussten in einem selbst könne einem zu neuer Lebendigkeit verhelfen. Die Liebe sei der Hauptschlüssel, mit denen sich die Tore zum persönlichen Wachstum öffnen lassen. Die tätige Liebe sei das menschlichste Tun, das den Menschen ganz zum Menschen mache und ihm die Freude am Leben zurückgebe.

Die Auflösung von Bindungen, wie sie die mittelalterlichen Zunft- und Adelsgesellschaften kannten, biete neue Spielräume, vor denen viele Angst hätten. Für Fromm ergeben sich erst aus dieser Freiheit die Möglichkeiten zur fruchtbaren Liebe und Arbeit. Die Dichotomie von Einssein und Einzelnersein sei ein universeller Grundkonflikt des Menschen. Nach Fromm ruft der behinderte Prozess der Individuation Gefühle der Ohnmacht und Angst hervor (*Die Furcht vor der Freiheit*, 1941). Als gelernter Marxist ging Fromm davon aus, dass der Charakter eines Menschen von den sozialen und ökonomischen Verhältnissen seiner Umgebung geprägt werde. Der Charakter sei Ergebnis der Art und Weise, wie sich das Individuum zur Welt in Beziehung setzt. Fromm war sich (wie Adler) sicher, dass der Mensch ein soziales Wesen ist und nicht, wie Freud annahm, ein primär selbstgenügsames, das erst sekundär der Anderen bedarf, um seine instinktiven Bedürfnisse zu befriedigen. Jene Summe von Begierden und Antrieben, die größere oder kleinere Gemeinschaften teilen, die gemeinsamen psychischen Haltungen einer Gesellschaft, nannte Fromm „Gesellschafts-Charakter“. Jedes Individuum werde von diesen unterschwelligem oder expliziten gesellschaftlichen Grundannahmen erst einmal geprägt, doch später erhalte es die Möglichkeit, sich darüber hinaus zu entwickeln. Für Fromm war Psychologie somit grundsätzlich Sozialpsychologie beziehungsweise Psychologie der zwischenmenschlichen Beziehungen.

### Medard Boss

Medard Boss (1903–1990) war ein Schweizer Psychiater, der die Daseinsanalyse Martin Heideggers für die Psychiatrie und Psychotherapie nutzbar machte. Boss machte in den 1920er Jahren eine Analyse bei Freud (und war über dessen „Entlarvungswut“ schockiert), lernte wichtige Figuren der Psychoanalyse und der Neo-Psychoanalyse ken-

nen, zweifelte aber unter dem Einfluss von Ludwig Binswanger und Carl Gustav Jung an der Glaubwürdigkeit der Freud'schen Psychoanalyse. In der Zeit des Zweiten Weltkrieges begann sich Boss mit Heideggers Philosophie zu beschäftigen, dessen Hauptwerk *Sein und Zeit* (1927) ihm allerdings zunächst als ein Buch mit sieben Siegeln erschien. In jahrelanger Bemühung drang er aber doch in den Geist der Fundamentalontologie ein, die für ihn Grundlage seines ärztlichen Denkens und Handelns wurde. Die persönliche Freundschaft zwischen den beiden dauerte von 1946 bis zu Heideggers Tod im Jahre 1976. Nahezu das gesamte Begriffsrepertoire der Daseinsanalyse entstammt der Philosophie Heideggers.

Boss' erste größere Schrift *Sinn und Gehalt der sexuellen Perversion* (1947) zielt auf das Herz der Freud'schen Pathologie, den Sexualtrieb. Für Boss entspringt die Perversion aus der Lust an destruktiven Impulsen, hinter denen man tief sitzende Ängste vermuten darf. Perversionen seien daher nicht Abkömmlinge von Partialtrieben, sondern Fehlentwicklungen des Erlebens, die man auch Defizitformen der menschlichen Persönlichkeit nennen könne. Sie seien ein verzweifelter und missglückter Versuch der Daseinseinigung mit einem Du. Heilung wird demnach als Begegnung im Sinne des Mit-Seins mit anderen verstanden. Obwohl Boss fast alle theoretischen Positionen der Psychoanalyse einer Korrektur unterzog, folgte er in der therapeutischen Praxis weitgehend den psychoanalytischen Vorgaben. Die Patienten lagen bei ihm auf der Couch und sollten frei assoziieren. Auch machte er von der Traumauslegung ebenso reichlich Gebrauch wie in der orthodoxen Psychoanalyse.

Boss' Hauptwerk ist der *Grundriss der Medizin und Psychologie* von 1971, es handelt sich um einen großen und fundierten Entwurf. Ausgehend von einer grundsätzlichen Kritik der materialistischen Medizin vertritt er den Anspruch, die Phänomene menschlichen

Gesund- und Krankseins sowohl umfassender als auch direkter verstehen und erklären zu können. Boss beschreibt, geschult an Heidegger, mehrere Existenziale der menschlichen Existenz. So sei der Mensch immer schon im Raum und Zeit eingebunden, er hat immer schon einen Leib als materielle Grundlage seine Existenz, Menschen seien immer schon mit anderen Menschen in eine gemeinsame Welt eingebunden, alle Wahrnehmung sei immer schon auf eigene individuelle Art durch Stimmungen gefiltert, der Mensch könne gar nicht vergessen und lebe durch sein Gedächtnis in der Geschichte, und schließlich sei der Mensch zum Tode geboren, wenngleich die allermeisten dieser Erkenntnisse zu entfliehen suchen.

Auf der Grundlage dieser acht Wesenszüge des Menschseins konnte Boss neuartige Definitionen von Krankheit und Gesundheit vornehmen. Krankheit wäre demnach ein Mangel des Vollziehenkönnens der Wesenszüge des Menschseins, ein „mangelnder Selbststand“, ein schwaches Selbstsein, „eine Beeinträchtigung der Spannweite und Gelichtetheit des Weltbereichs, den das Existieren eines Kranken noch offenzuhalten vermag“, eine Beeinträchtigung der Bewegungsfreiheit eines Menschen im umfassendsten Sinne dieses Wortes. Immer gehe es darum, dass der Mensch in der Krankheit mehr oder minder schrumpft (Privation = Abwesenheit, Manko, Armut, Unfähigkeit, Verlust). Krankheit sei (auch) eine existenzielle Leistung des Menschen, der mitunter noch einzig mögliche Daseinsvollzug mit vielen ungelebten und nicht realisierten Möglichkeiten.

Die Daseinsanalyse stellt hinsichtlich Innovation und Eigenständigkeit alle anderen humanistischen Psychotherapien in den Schatten. Ihr Ansatz ist so ungewöhnlich und gewöhnungsbedürftig, dass sie bislang keine weite Verbreitung und kaum ernsthafte Würdigung erfuhr. Der Bezug auf Heidegger als fast einzige Referenzquelle erscheint zu dürftig. Einige Grundannahmen wie beispielsweise die von der Aufhebung der Sub-

jekt-Objekt-Grenze in einem „alles ist schon immer in der Welt“ sind kaum nachzuvollziehen. Die Sprache der Daseinsanalyse ist zwar im Vergleich zu Heideggers ontologischem Raunen lebensnaher, aber immer noch dunkel-düster im Vergleich zu den anderen Humanistischen und Tiefenpsychologien. Trotzdem darf man zugeben, dass Boss ein philosophischer Arzt war, der mit seiner grundsätzlichen Reflexion über das menschliche Sein für die Tiefenpsychologie interessant ist.

### Jakob Moreno

Mit dem Wiener Jakob Moreno (1890-1974) und dem Psychodrama bewegen wir uns in den Randbereichen der Humanistischen Psychologie. Es ist keine klassische Zweier-Therapie mehr, sondern ein kreatives, darstellendes Gruppenverfahren mit starken Anklängen an das Rollenspiel. Zusammen mit Samuel Slavson gilt Moreno als Begründer der Gruppenpsychotherapie. 1925 emigrierte Moreno in die USA, wo er ab den 30er Jahren Psychodrama-Theater und Ausbildungsinstitute gründete. Ab den 50er Jahren wurde das Psychodrama – wie so viele europäische Ansätze – nach Europa rückimportiert. Das Psychodrama wird in Deutschland überwiegend therapeutisch eingesetzt, aber es wird auch für pädagogische (in Heimen, Gefängnissen) und didaktische Zwecke (Fortbildung, Trainings) sowie zur Supervision und Organisationsentwicklung angewendet. Es sind inzwischen neben Morenos klassischem Psychodrama verschiedene Sonderformen entstanden z.B. tiefenpsychologisch fundiertes, verhaltenstherapeutisches und feministisches Psychodrama.

Eine Psychodramagruppe besteht meist aus acht bis 12 Mitgliedern, einem Leiter und einem Assistenten. Eine typische Sitzung umfasst drei Teile: Die Erwärmungsphase dient der Einstimmung auf die Gruppe und der Suche nach einem Thema. In der Spielphase wird das Thema szenisch dargestellt. Die häufigste Form ist das Protagonistenspiel. Hierbei wird das Gruppenmitglied,

dessen Problem ausgewählt wurde, zur Hauptperson (Protagonist) und kann andere Gruppenmitglieder als Mitspieler bestimmen, die zugewiesene Rollen übernehmen sollen. Die übrigen Gruppenmitglieder schauen zu. In der Abschlussphase geben die Mitspieler und die Zuschauer Auskunft über ihr Erleben in den einzelnen Rollen. Der Therapeut hat die Aufgabe, den Verlauf der Sitzung zu steuern. ER hilft bei der Auswahl der Protagonisten und des Themas und er begleitet und unterstützt die Protagonisten bei der Inszenierung ihres persönlichen Problems.

Zweck der Übung ist es, relativ schnell zu den Problemen in den zwischenmenschlichen Beziehungen vorzustoßen. Im psychodramatischen Spiel werden Beziehungsmuster sichtbar und eventuell unbewusste Konflikte deutlich, die im Gespräch weiter ergründet werden. Die krankheitsverursachenden Rollenkonflikte und Situation sollen vergegenwärtigt und im Detail betrachtet werden.

Wie in allen Therapieformen sind auch hier ethische Standards zu beachten. Der Therapeut darf keine zu große Macht in der Gruppe erhalten und muss in der Lage sein, dramatische Regressionen der Protagonisten zu dämpfen und zum Schluss aufzulösen. Das Verfahren scheint wissenschaftlich wenig untersucht; es wird oft berichtet, dass sich die Stimmungslage der Protagonisten wegen der aufwühlenden Affekte zunächst verschlechtert. Nur wenige Patienten vertragen die direkte Konfrontation und die Exhibition in einem Rollenspiel. Für psychotische Patienten ist diese Form nicht geeignet. In einigen wenigen Studien wird die klärende Wirkung des Rollenspiels besonders für das Beziehungsverhalten hervorgehoben.

## Wilhelm Reich

Wie Medard Boss nimmt auch Wilhelm Reich (1897–1957) in der Humanistischen und der Tiefenpsychologie eine Sonderstellung ein,

aber auf ganz andere Weise. Seine tragische Geschichte endete in einem amerikanischen Gefängnis, angeklagt wegen medizinischer Scharlatanerie. Der junge Reich besuchte um 1920 Freud, dessen Sexualtheorien er bewunderte. Das Sexuelle spielte fortan eine Hauptrolle in Reichs Wirken. Sein erstes Buch trägt den Titel *Die Funktion des Orgasmus* (1927). Umstandslos wurde Reich in die Mittwochsgesellschaft aufgenommen und ohne eine Lehranalyse absolviert zu haben, praktizierte er kurz darauf psychoanalytisch.

Reich war nicht nur fasziniert von der Psychoanalyse, sondern auch vom Marxismus. Beides versuchte er zu verbinden, was weder in der Psychoanalyse noch im Marxismus auf Gegenliebe stieß. Unter dem Eindruck der Erstürmung und Inbrandsetzung des Wiener Justizpalastes 1927 trat Reich in die Kommunistische Partei Österreichs ein und wurde politisch aktiv. Unter anderem eröffnete er mit Marie Frischauf und anderen kommunistischen oder sozialdemokratischen Ärzten in verschiedenen Stadtteilen Wiens Sexualberatungsstellen. Um 1930 übersiedelte er nach Berlin, wo er die „Sexpol“-Bewegung gründete, eine Vereinigung zur politischen und sexuellen Befreiung der Volksmassen, die durchaus einigen Zulauf erhielt. Die Bücher *Charakteranalyse* und *Massenpsychologie des Faschismus* wurden 1933 publiziert und sind die bedeutendsten Werke aus seiner psychoanalytischen Periode. Das Aufbrechen der „Charakterwiderstände“ müsse erstes Anliegen der Therapie werden. Widerstand zeige sich auch im Muskelverspannungen und Steifheit von Haltung und Mimik. Reich begann, seine Patienten körpertherapeutisch zu behandeln, um den Muskelpanzer aufzubrechen. Er nannte dieses Verfahren Vegetotherapie. Therapieziel war die „orgastische Potenz“.

Ab Mitte der dreißiger Jahre wurde Reich seltsam. Er versuchte experimentell sowohl die organische Existenz als auch die orgastische Potenz zu erforschen. Die Kommunisti-

sche Partei und die Psychoanalytische Vereinigung schlossen ihn aus ihren Reihen aus, aber Reich gewann neue Freunde und Anhänger, die sich für seine Theorien und Experimente interessierten. 1940 glaubte er, die »Lebensenergie« in der Atmosphäre selbst entdeckt zu haben, er registrierte sie im Blau des Himmels und fühlte sich eingetaucht in gewaltige Energieströme, die die Natur und den menschlichen Organismus durchfluten. Diese nur ihm bekannte Energie nannte er Orgon. Um diese Lebenskraft einzufangen, baute er Orgon-Akkumulatoren, Blechgehäuse mit mehreren Isolierschichten, in die sich der Kranke setzen sollte, um zu gesunden. Reich behandelte auch Krebskranke. Auf seiner Ranch in den USA war er in einer Person Analytiker, Orgonphysiker, Wettermacher, Krebsforscher, Experimentator mit radioaktiven Stoffen und sogar Ufo-Beobachter, da er davon überzeugt war, dass sich außerirdische Mächte für seine Arbeiten interessierten. Tatsächlich interessierte sich die amerikanische Gesundheitsbehörde FDA für den Universalforscher, der wegen Quacksalberei vor Gericht zitiert wurde.

Sein Buch über *Charakteranalyse* ist ein wichtiger Beitrag zur psychoanalytischen Theorie und Therapie. Auch er legte die Passivität des Therapeuten ab und behandelte die Patienten psychosomatisch. Der Buchtitel spielt darauf an, dass nicht nur Symptome, sondern der Gesamtcharakter eines Patienten analysiert werden müsse. Reich fiel insbesondere die oftmals vorhandene Starrheit und Unflexibilität der Patienten auf. Er plädierte für eine triebfreundliche Erziehung, die eine Verhärtung des Charakters unnötig mache. Es ist kein Zufall, dass sich Reich mit dem britischen Reformpädagogen Alexander S. Neill (der die Schule *Summerhill* gründete und leitete) befreundete. Moral sei ein Herrschaftsinstrument zur Unterdrückung der Sexualität, nur eine politische Revolution könne den Menschen auch sexuell befreien. Sexuelle Aufklärung und politische Agitation fielen für ihn zusammen. Den Nationalsozialismus betrachtete er als eine sexuelle Mas-

senerkrankung (*Massenpsychologie des Faschismus*, 1933).

Bis zu diesem Zeitpunkt kann man Reichs Arbeiten noch als originell und anregend bezeichnen. Er betrat den Weg zur Verstiegtheit und Verschrobenheit, als er begann, sich seinen Patienten auch körperlich zu nähern. Dann kam es zur Erforschung der „Bione“, angeblich die Urform des Lebens aus anorganischer Substanz. Heute weiß man, dass er einfach nur ein unzureichendes Mikroskop benutzte und falsche Schlüsse zog. Die Theorie der Orgon-Akkumulatoren hatte nie eine wissenschaftliche Basis. Er erklärte sich seine Fehlschläge durch eine weltweite Verschwörung gegen seine Person und seine Arbeit. Er verlor die Realität in wachsendem Maße aus den Augen, weil er vom Wunsch beherrscht war, einer der genialsten Wissenschaftler aller Zeiten zu werden. Er kämpfte gegen die Unterdrückung und für eine sexuelle Befreiung, aber seine Konzepte und Methoden waren allesamt untauglich. Dennoch wurde er in den 1970er Jahren in Deutschland von jungen Intellektuellen breit rezipiert und noch heute hat er einige Anhänger.

## Erik Erikson

Der deutsch-amerikanische Psychoanalytiker, Ethnologe und Anthropologe Erik Erikson wurde durch ein originelles Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung bekannt, das er in dem erstmals 1950 in New York erschienen Buch *Childhood and Society* (deutsch *Kindheit und Gesellschaft*, 1957) auf der Basis ethnologischer Studien entwickelte. Dieses Buch, es ist zugleich Eriksons Hauptwerk, gehört zu den interessantesten Werken im Bereich neopsychoanalytischer Forschungen. Auf der Suche nach den Gesetzen, nach denen der Mensch lebt, ging Erikson auf die Kindererziehung zweier von ihm selbst untersuchter amerikanischer Indianerstämme ein. Er machte deutlich, wie sehr das Weltbild und die wirtschaftlich-sozialen Verhältnisse auf die Entfaltung von

Kindern einwirken. Der Autor ging weit über Freuds biologisches Entwicklungsmodell hinaus, indem er ein Konzept des menschlichen Wachstums und der Ich-Identität vorlegte, das den gesamten Lebenslauf des Menschen befragt und die Entwicklung nach der Pubertät für nicht abgeschlossen erklärt.

Erikson konnte sich nach der Schule nicht für einen Beruf entscheiden. So unternahm er eine Wanderung durch Europa und versuchte eine Bildhauerausbildung während einiger Studienjahre in Florenz. 1927 wurde er Privatlehrer an einer Schule in Wien, die Dorothy Burlingham gegründet hatte, welche mit Sigmund und Anna Freud in engem Kontakt stand. So kam Erikson mit der Psychoanalyse in Berührung. 1928 begann eine Therapie bei Anna Freud, die er 1933 beendete. Wie so viele andere musste er emigrieren; es verschlug ihn nach Boston (USA), wo er Forschungsaufträge an der Harvard University erhielt. Im Auftrag der Regierung trieb er ethnologische Studien bei den Sioux- und den Yurok-Indianern. Neben der Ethnologie beschäftigten ihn Fragen der Anthropologie, Psychoanalyse und Geschichtswissenschaft sowie die Biografie einzelner herausragender Männer. *Der junge Mann Luther* (*Young Man Luther*, 1958) und *Gandhis Wahrheit* (*Gandhi's Truth*, 1969 – für dieses Buch erhielt er den Pulitzer-Preis) sind der Ertrag solcher Studien. Durch *Kindheit und Gesellschaft* wurde Erikson weit über Fachkreise hinaus bekannt und dank seiner weiten Interessen und Forschungsgebiete wuchs er über die orthodoxe Psychoanalyse hinaus, wengleich er seine dort liegenden Wurzeln nie verleugnete.

In *Kindheit und Gesellschaft* geht Erikson der Frage nach, wie der heranwachsende Mensch zum konstanten und stabilisierenden Bewusstsein seiner selbst gelangen kann. Was sich zwischen Kind und Erwachsenem abspiele seien soziale Interaktionen und emotionale Wechselwirkungen. Ein Acht-Phasen-Modell sind das Kernstück von *Kind-*

*heit und Gesellschaft*, eine gut durchdachtes Konzept menschlicher Reifungsschritte, die von der Kindheit zum Erwachsensein führen. Dabei geht es um den sukzessiven Erwerb von grundlegenden Tugenden im Sinne von Tauglichkeiten. Der Autor sieht im Organismus angelegte Bereitschaften, sich zu vorgegebenen Zeiten weitere Teilwelten zu erobern, beginnend vom nebelhaften Bild der Mutter bis hin zur bewussten Einbeziehung der Menschheit. Das Kind gehe dabei gewissermaßen Schritt für Schritt vor, indem es in wachsendem Maße in die Gesellschaft hinein expandiert. Jeder neue Schritt bringe gewisse Reifungskrisen im Sinne einer entscheidenden und eine neue Richtung gebenden Situation mit sich, nach deren glücklicher Absolvierung das Individuum sozialer und tüchtiger wird. Am Ende einer jeden Phase sollte eine „bleibende Lösung“ für die gestellte Aufgabe stehen, sogenannte Ich-Gewinne. Tugenden sind für ihn Qualitäten, die der Entfaltung der Person, der zwischenmenschlichen Beziehungen und dem Wohl der gesamten Menschheit zu Gute kommen. Erikson spricht von „Seinszuständen des Blühens“. Damit ist auch ausgesagt, dass Tugend nicht durch Selbstverleugnung entsteht, wie es lange im christlichen Abendland geglaubt wurde. Tugenden sind ein Können, wenn sich der Mensch gemäß seinem inneren Gesetz entwickeln darf. Erikson erklärt alle psychischen Erkrankungen mit Lücken im Aufbau dieser Kardinaltugenden.

Erikson gehört damit zu der eher kleinen Gruppe von Neoanalytikern, die sich mit der gesunden Entwicklung des Individuums in Gemeinschaft und Gesellschaft befasste. Sein besonderes Augenmerk lag dabei auf der Entwicklung von Identität in der Adoleszenz. Die Verbundenheit mit einer Bezugsgruppe sei besonders für das Jugendalter charakteristisch, die Zugehörigkeit zu einer Gruppe sei ungemein identitätsfördernd. Das Bewusstsein, zusammen mit anderen Werte und Ziele zu verfolgen, stärke das Ich. Das

Bild, in welchem der Jugendliche sich wahrnimmt, müsse mit dem Bild verbunden sein, unter dem er von seiner Gruppe erkannt wird. Alle Jugendlichen bräuchten die Bestätigung ihres Wachstums durch die Gemeinschaft. Erikson wandte sich in diesem Punkt gegen die Psychoanalyse, welche die Gesellschaftlichkeit des Menschen als ein Zwangsverhältnis betrachtet. Für Jugendliche stelle die Anerkennung durch Gemeinschaft vielmehr eine unentbehrliche Stütze dar (1959 in *Identität und Lebenszyklus*, deutsch 1966).

Eriksons Anklänge an Alfred Adler und Erich Fromm sind deutlich. Erikson beklagte eine Pseudo-Identitätsfindung auf der Basis von Cliques, Rasse, Klasse oder Nation. Ähnlich wie Adler betonte er, dass Identitätsdiffusion zu dem Zeitpunkt aufbricht, wo der junge Mensch vor dem Problem der Intimität, der Berufswahl, der »Teilnahme am Wettbewerb« und der psychosozialen Selbstdefinition steht. Das Gefühl der Isolierung und inneren Leere lasse viele vor diesem Aufgaben ausweichen, sie würden versuchen, eine Entscheidung zu vermeiden oder hinauszuschieben (Adler: Ausweichtendenz). Für Erikson ist jener seelisch gesund, der eine starke Ich-Identität aufbauen konnte. Diese sei auf die Bestätigung durch andere Menschen angewiesen. Ohne solche Zuwendung von anderen bleibe das Selbstgefühl des Individuums schwach und diffus. Das Vertrauen in die Zukunft erwachse aus wirklichen Leistungen, aus Erfolgen, die für die bestehende Kultur von Bedeutung sind. Tüchtigkeit und berufliches Können wurden somit als ein Aspekt von Ich-Stärke angesehen.

Immer besteht die Gefahr der distanzlosen Integration in problematische, das heißt wachstumshemmende Gemeinschaften. Erikson löste dieses Problem nur zum Teil. Einerseits war im der manchmal ungeheure Anpassungsdruck bewusst: »Jede Gruppe«, schrieb er in *Kindheit und Gesellschaft*, »scheint von ihren Kindern Opfer zu verlangen, die diese später nur in dem festen

Glauben oder in der entschlossenen Annahme ertragen können, dass sie auf nie zu bezweifelten absoluten Gesetzen des Benehmens beruhen: auch nur ein einziges dieser uneingeschränkten *absoluta* infrage zu stellen, würde bedeuten, alle zu gefährden«. Andererseits solle das Individuum Spannungen und Konflikte ertragen lernen und sich an die Gegebenheiten der (amerikanischen) Gesellschaft anpassen. Für ein Mitgestalten der Verhältnisse ist bei Erikson kaum Platz. Die konkreten gesellschaftlichen Bedingungen bleiben – wie bei Adler – unerörtert.

Erikson führte ein interessantes und abwechslungsreiches Leben als Künstler, Lehrer, Psychoanalytiker und Wissenschaftler, was sich gegenseitig befruchtete. Er erweiterte die Psychoanalyse, indem er Brücken zur Sozialwissenschaft, Pädagogik, Biografie, Geschichtsschreibung, Ethnologie und Anthropologie schlug und befreite die Psychoanalyse von ihrem allzu starren Blick auf das Pathologische. Er starb 1994 in Harwich, Massachusetts (USA).

### Feministische Psychotherapie

Die Feministische Psychotherapie ist keine eigenständige Therapieform, eher eine frauenspezifische Vorgehensweise in Reaktion auf patriarchalische Strömungen in den etablierten Psychotherapieschulen der 1970er Jahre. Feministische Therapeutinnen greifen auf das gesamte Spektrum der Therapieformen zurück, betonen aber mehr als andere die krankmachenden Folgen von Männerherrschaft und Frauenunterdrückung (auf die schon Adler hinwies). Dass Leiden auch gesellschaftliche und soziale Ursachen haben kann, hat sich noch nicht bei allen Therapeuten herumgesprochen, was die feministischen Therapeutinnen kritisieren. Die Depression z.B. wird von ihnen nicht als Ausdruck einer individuellen Pathologie gesehen, sondern als das Resultat der realen Machtlosigkeit in der weiblichen Geschlechtsrolle. Diese Mitverursachung im Kopf, arbeiten frauenfreundliche Therapie-

tinnen speziell an der Stärkung des Selbsthilfefotenzials von Mädchen und Frauen. Sie sind mehr als andere Therapeuten parteilich auf der Seite ihrer Klientinnen. Da Therapeut und Klient immer weiblich sind, kann frauenspezifisches psychologisches Wissen glaubhafter vermittelt werden. Die lesbische Lebensweise wird ohne Vorbehalt akzeptiert. Bevorzugte Themen in der Feministischen Psychotherapie sind die Analyse der Geschlechtsrollen, sexuelle Identität, weibliche Lebensplanung, Auseinandersetzung mit spezifisch weiblichen Körpererfahrungen (z.B. Menstruation, Schwangerschaft, Wechseljahre) und die Analyse von (sexuellen) Gewalt- und Unterdrückungserfahrungen. Die Ziele dieser Therapie sind ausgesprochen emanzipatorisch. Von den Patientinnen wird erwartet, dass sie sich ändern und wenn

nötig zur Wehr setzen. Die Wirksamkeit einer frauenspezifischen Therapie ist nicht ausreichend nachgewiesen, aber Berichte zeugen von höherer Selbstachtung, mehr Solidarität mit anderen Frauen, stärkerem Engagement und positiveren Zukunftsvorstellungen.

Zur Humanistischen Psychologie können weitere Autoren wie Charlotte Bühler, Sidney M. Jourard, Rollo May und Fred Massarik gezählt werden. Ihnen lag daran, eine Psychologie zu entwickeln, die das aktive Streben des Menschen nach einem erfüllten Leben, nach Anerkennung und Selbstverwirklichung in den Mittelpunkt stellt. Das ist auch eine Kritik am Menschenbild der Psychoanalyse. Die Genannten erachteten es als nicht hilfreich, menschliches Verhalten von neurotisch Erkrankten abzuleiten.



## 12. Personalismus

---

Die Tiefenpsychologie geht vom Individuum aus und kehrt nach einem Ausflug in die Sozialpsychologie immer wieder zum Individuum zurück. Ein bemerkenswertes Individuum nennen wir eine Persönlichkeit. Wer sich der Bildung von Persönlichkeiten widmet, hat einen personalistischen Ansatz. Dieser Ansatz betont die geistige Dimension des menschlichen Lebens und die Rolle der Gemeinschaft als Fundament der Entwicklung des Einzelnen. Personalisten treten für eine Selbstausscheidung der Person und für wertorientiertes Handeln ein. Aus der neuzeitlichen philosophisch-psychologischen Denkrichtung des Personalismus geht ein humanistisches Weltbild hervor, das sich als Alternative zu individualistisch-atomistischen, kommunistischen und faschistischen Theorien versteht. Ihre Ausgangspunkte sind Würde und Eigenwert des Einzelnen, ihr Ziel ist die wertorientierte Höherentwicklung der Individuen als auch der Gesellschaft als Ganzes. Die philosophische Richtung des Personalismus liegt damit ganz auf der Linie einer humanistischen Tiefenpsychologie. Die Liste jener Denker und Philosophen, die sich in der Neuzeit die freie Entfaltung der Person auf ihre Fahnen schrieben, ist lang. Zu den Philosophen, die den Weg zum Personalismus öffneten, gehören u. a. Descartes, Malebranche, Kierkegaard, Max Scheler, Martin Buber, Henry Bergson sowie Leibniz und Kant. Hier sollen vier Autoren des 20. Jahrhunderts exemplarisch vorgestellt werden.

### Emmanuel Mounier

Der Begriff *Personalismus* gehört untrennbar zu dem heute weitgehend vergessenen Emmanuel Mounier, der als Verfasser des *Personalistischen Manifests* wie als Herausgeber der 1932 gegründeten Zeitschrift *Esprit* ent-

scheidend zur Verbreitung des Begriffs beigetragen hat. Der Katholik Mounier, der das *Manifest* 1936 in Paris vorlegte, wurde geprägt von der christlichen Soziallehre, was nicht verhinderte, dass er von der katholischen Kirche angegriffen wurde. Schon bei der Gründung von *Esprit* wurde er vom Vatikan der Kollaboration mit Revolutionären und Atheisten verdächtigt. Im Spannungsfeld zwischen individuellen egoistischen Strebungen, ökonomischem Materialismus und kollektivistischen Bewegungen, versuchte Mounier mit dem Manifest die zahlreichen damals agierenden christlichen und humanistischen Strömungen zu bündeln und ihnen eine Perspektive zu geben. Er konnte nicht ahnen, dass ihm dies ein bewegtes und gefährliches Leben einbringen würde.

Zu Beginn seiner beruflichen Laufbahn unterrichtete Mounier am französischen Gymnasium in Brüssel. Mit Beginn des 2. Weltkriegs 1939 wurde er zur französischen Armee eingezogen und geriet 1940 für einige Wochen in deutsche Gefangenschaft. Danach übernahm er nach vierjähriger Unterbrechung wieder die Redaktion von *Esprit* bis zu deren Verbot durch das Vichy-Regime im August 1941. Einige Monate zuvor hatte er sich der Untergrundbewegung angeschlossen und subversives Material herausgegeben. In diesen Jahren litten er und seine Familie große materielle Not. Zeitweise hielt er sich mit Philosophieunterricht in der französischen Provinz über Wasser.

Da Mounier als einer der geistigen Führer der aus Katholiken und gemäßigten Sozialisten bestehenden Widerstandsgruppe „Combat“ galt, wurde er im Januar 1942 auf Anordnung des Vichy-Regimes verhaftet. Im Gefängnis trat er in einen mehrtägigen Hungerstreik, zugleich nutzte er die Zeit für das Verfassen einiger Abhandlungen, die nach

dem Krieg erschienen. Drei Monate später wurde er freigesprochen. Nach seiner Entlassung lebte er mit seiner Familie unter dem Namen Leclercq bis zur Befreiung in einer kleinen Pension auf dem Lande, die rasch zu einem Treffpunkt des *Esprit*-Kreises wurde. Von dort aus knüpfte er Verbindungen zur Résistance von Lyon. 1944 konnte er nach Paris zurückkehren und im Dezember das erste Heft einer neuen Serie der Zeitschrift herausbringen. Die letzten fünf Jahre seines Lebens zeigten ihn auf dem Höhepunkt seiner Schaffenskraft. Mounier verbreitete seine Idee jetzt auch in vielen Auslandsreisen, die in zahlreiche europäische Länder führten. 1948 gründete er das *Comité français d'Echanges avec l'Allemagne nouvelle*, ein bedeutendes französisch-deutsches Austauschwerk, das mit Hilfe einer weiteren Zeitschrift namens *Allemagne* die Schaffung einer europäischen Föderation unter Einbeziehung Deutschlands verfolgte und in den 1950er- und 60er-Jahren einigen politischen Einfluss gewann. Er starb 1950 viel zu jung im Alter von 45 Jahren.

Mouniers Personalismus zielte ab auf eine Ausweitung menschlicher Freiheit bei gleichzeitiger Verantwortung gegenüber den Mitmenschen. Erst das Leben in einer Gemeinschaft und das Engagement für die Anderen entspreche dem wahren Kern der Person und gebe ihr Sinn. Der Unterschied zu einer reinen Subjekttheorie liegt in der Anschauung, dass sich die Person ausschließlich durch ihre Bezogenheit auf eine andere Person, d.h. in ihren sozialen Bezügen konstituieren und realisieren könne. Mounier bewertete Institutionen, Gemeinschaften und Gesellschaften danach, inwieweit sie den Bürgern Freiraum geben, ihren Berufungen (ihrem Lebensplan) nachzugehen. Die Gesellschaft (das politische Regime) habe die Aufgabe, diesen Freiraum zu schaffen. Das bedeute geistige Freiheit, Nonkonformismus, materielle Sorgenfreiheit. Dann sei die Person frei, ihr Schicksal zu erkennen und zu

vollziehen. Das Führen eines geistigen Lebens war für Mounier die höchste und letzte Erscheinungsform, die Krönung des menschlichen Lebens.

Die Parallelen zu Adlers Individualpsychologie sind verblüffend. Der Mensch soll im Schoße einer Gemeinschaft seine personale Blüte erleben und seine tendenzielle Vereinamung überwinden, er soll seinen Sinn im Leben (seine Berufung) erkennen und ihm intentional folgen und verwirklichen. Die Person wird sich aus den Fesseln eines hemmenden Sicherheitsverlangens gelöst und ihren Egoismus abgestreift haben, sie zerstreut sich nicht (auf »Nebenkriegsschauplätzen«), sie gibt sich den Überraschungen der Liebe hin und verzichtet auf Aggressivität zugunsten eines Gemeinschaftssinns. Diese Art der geistigen Existenz ist anstrengend, die Behaglichkeit ist ihr Todfeind.

Der Autor hat einige Mühe, eine ideale politische Gemeinschaft zu kennzeichnen. Natürlich lehnte er Autokratismus und Autoritarismus ab, aber ebenso die Demokratie, die alle gleich behandle, statt die Besonderheiten der Personen zu achten und zu würdigen. Ähnlich wie Adler glaubte er, dass sich eine Gemeinschaft von echten Personen ganz von allein eine Organisationsform geben wird, die die Rechte und Forderungen ihrer Mitglieder zu jeder Stunde garantiert. Wie bei Adler kommt an dieser Stelle ein starkes utopisches und idealistisches Moment zum Tragen. Es bleibt offen, was gemeint ist, wenn es heißt, der Geist müsse Vorrang haben vor allem anderen (vor Technik, Politik, Wirtschaft) und die Person müsse Mittelpunkt der gesamten menschlichen Wirklichkeit sein. Wenn es heißt, der Geist gehöre allen, das Geistige dürfe nicht Privatsache der Individuen bleiben, dann unterschätzte Mounier vielleicht doch die konkreten persönlichen Anstrengungen, derer es bedarf, um eine geistige Person zu werden. Und er war wohl zu optimistisch, sowohl was die Potenzen zur Geistigkeit im Einzelnen

angeht, als auch die Fähigkeit und Bereitschaft zum gleichberechtigten Engagement in und für die Gemeinschaft.

### Max Scheler

Auch für den deutschen Philosophen und Soziologen Max Scheler erfüllte sich das wahre Wesen des Menschen im Personsein. Scheler gab daher seinem Hauptwerk *Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik* (geschrieben 1913–1916) den Untertitel „Neuer Versuch der Grundlegung eines ethischen Personalismus“. Er versuchte hierbei die kantische Pflichtethik durch eine Wertethik abzulösen, indem er das emotionale *Wertgefühl* einbrachte.

Das Personsein zeigte sich ihm in der Realisierung hoher und höchster Werte. Nach seiner Vorstellung hat Gott die Werte gedacht und der Mensch ist aufgerufen, diese Werte zu erkennen. Das Medium dafür ist das *Fühlen*. Weil nur der Mensch in der Lage sei, diese (göttlichen) Werte zu erkennen, sei er das höchste aller Lebewesen. Der Mensch sei allerdings nur dann das höchste aller Wesen, insofern er Wertvolles sieht und realisiert. Der Mensch hilft, die Welt den Werten gemäß zu gestalten, aber Scheler betonte, dass er zwar Wertträger, nicht aber Wertsetzer ist. Die Werte waren schon immer da. Der Mensch kann sich nur innerhalb des göttlichen Wertekosmos bewegen. Die Idee, dass Werte göttlich gesetzt werden, ist in einer Zeit, in der alles Theologische fragwürdig wurde, allerdings problematisch geworden. Aber dass es Werte gibt, dass der Mensch seit jeher nach höchsten Werten sucht und Werthierarchien aufgestellt hat, scheint unstrittig.

In einem weiteren wichtigen Buch, *Die Stellung des Menschen im Kosmos* (1928), hervorgegangen aus Vorlesungen in den 1920er-Jahren, versuchte Scheler eine philosophisch-anthropologische Neubestimmung des Wesens des Menschen. Zunächst einmal meinte er den Leib-Seele-Dualismus über-

wunden zu haben, indem er beides als verschiedene Aspekte des einen Gegenstandes Mensch ansieht. Scheler entdeckte aber sogleich ein neues Spannungsfeld, nämlich das zwischen *Drang* und *Geist*. Drang ist der Vollzug des Lebendigen und wohnt schon der Pflanze inne; Geist aber sei allein dem Menschen vorbehalten, nicht einmal Menschenaffen würden ihn besitzen. Leitfaden seiner Untersuchung ist die Sonderstellung des Menschen im Kosmos sowie eine Untersuchung, was den Menschen unverzichtbar ausmacht. In aufsteigender psychischer Reihenfolge sind das: 1. ein bewusstloser, vorstellungsloser Gefühlsdrang; 2. der Instinkt, der nach festen, unveränderlichen Rhythmen abläuft, unabhängig von Erfahrung oder Nachahmung; 3. das gewohnheitsmäßige Verhalten (Assoziationen, Reproduktionen und bedingte Reflexe); 4. die organisch gebundene »praktische Intelligenz« (Wahlhandlungen und Vorlieben). Doch die Sonderstellung des Menschen (die Scheler postulierte) liege hoch über dem, was im bisherigen Sinn Intelligenz und Wahl genannt wurde. Die Griechen nannten es Vernunft, Scheler nannte es *Geist*, was z.B. Güte, Liebe, Reue, Ehrfurcht, Seligkeit, freie Entscheidung und Verzweigung mit umfasst. Das »Aktzentrum« von Geist ist die Person. Scheler verherrlichte die Person als »Wert der Werte«, nur noch übertroffen von der »Person der Personen«, d.h. Gott.

Der menschliche Geist kann alles zum Gegenstand der Reflexion machen, sogar sich selbst, das nennt man dann Selbstbewusstsein. Scheler stellte die These vom grundsätzlich schwachen Geist auf, der ohne alle Macht und Kraft sei und durch Askese, Triebverdrängung und Sublimierung unterstützt werden müsse beziehungsweise seine Energie erhält (ganz im Sinne Freuds). Scheler lehnte sowohl das Freud'sche wie das Adler'sche Theorem ab, weil sie keine Antworten auf zwei Fragen: Was im Menschen negiert, was verneint den Willen zum Leben, was verdrängt Triebe? Und aus welchem verschiedenen Grunde wird die verdrängte

Triebenergie das eine Mal Neurose, das andere Mal kulturgestaltende Tätigkeit genannt? Und wieso starb dieser organmäßig angeblich so schlecht angepasste Mensch nicht aus?

Es ist eben der Geist, sagte Scheler, der die Triebverdrängung einleitet. Der Geist halte Ideen und Werte dem Trieb wie eine Wurst vor die Nase und ziehe den Trieb in die Richtung von »geistgesetzten Willensprojekten«. Die *Finalität* der inhaltlichen Wertethik ist einer ihrer wichtigen Bausteine. Freud und Adler hätten die Ursprünglichkeit und Selbstständigkeit des Geistes ignoriert.

Scheler begründete die Sonderstellung des Menschen in der Welt mit der Seinsschicht des Geistes. Geist sei mehr als das bloße Leben. Geist befreie vom Druck des Organischen, zersprengt die Fesseln der Umwelt und ermögliche eine neue Seinsweise, die der Weltoffenheit. Damit gewinne ein Lebewesen erstmals Zugang zum Reich idealer »Wesenheiten«. Geist und Leben stehen sich bei Scheler gegenseitig hemmend gegenüber. Nur unter Askese beziehungsweise Sublimierung könne der schwache Geist sich gegen das pralle Leben behaupten. Der Trieb sei das eigentlich Schöpferische, der Geist übe nur Ordnungsfunktionen aus. Der Mensch sei gespalten zwischen blindem Udrang und Geist.

Die Welt an sich seiender Werte ist praktisch nicht zu beweisen. Die Philosophie hat sich lange mit dem Problem herumgeschlagen, angefangen bei Platon und Aristoteles. Platon ging von der absoluten Gültigkeit der höchsten Werte (»Ideen«) des Guten, Wahren und Schönen aus, die unabhängig von den Menschen existieren, die wir erkennen und zu denen wir uns hocharbeiten sollen. Aristoteles nahm hingegen an, dass das Gute, Wahre und Schöne in unterschiedlichen Situationen verschiedene Formen annehmen und etwas anderes bedeuten können. Diese Sicht führt dazu, Werte stärker aus ihrem

kulturellen und sozialen Kontext heraus zu verstehen und sie fallweise zu relativieren. Mit Immanuel Kant wurde die logische Unmöglichkeit, ein »Ding an sich« zu erkennen, noch einmal nachhaltig belegt. Wir können Dinge (oder Werte) nicht »an sich« erkennen, sondern nur, wie sie uns erscheinen – was sie *für uns* sind. Scheler Versuch bedeutete, hinter Kant zurückzufallen. Wir können heute aber nicht mehr daran vorbeisehen, dass Werte *zwischen* Menschen gemacht und ausgehandelt werden.

Dennoch lohnt es sich, über Werte, auch höchste Werte, nachzudenken. Sie geben uns Handlungshinweise an die Hand. Adlers Gemeinschaftsgefühl als beispielhafter Wert mag sich nie so verbreiten, wie ein friedliebender Humanist es sich wünscht, aber diese Endabsicht kann uns Orientierung im Alltag geben.

### Nicolai Hartmann

In seiner groß angelegten Ontologie mit den Hauptwerken *Das Problem des geistigen Seins* (1933), *Zur Grundlegung der Ontologie* (1935), *Möglichkeit und Wirklichkeit* (1938) sowie *Der Aufbau der realen Welt. Grundriß der allgemeinen Kategorienlehre* (1940) trifft Nicolai Hartmann auch auf das Phänomen der Personalität, welches wiederum völlig eingebettet ist in seine Phänomenologie der geistigen Tätigkeit. Für Hartmann ist die Person ein Teilnehmer an der gemeinsamen geistigen Sphäre, in der sich alle Personen bewegen und ihre Beziehungen gestalten. Mensch ist laut Hartmann der Einzelne erst, wenn er bewusst in der gemeinsamen geistigen Atmosphäre – dem »objektiven Geist« – mitleben kann, wenn er begreifend teil hat an dem, was die geistig Führenden auf den verschiedenen Gebieten des Erkennens erarbeitet haben. Der Mensch sei dann ein geistiges Wesen, wenn er das Weltbild seiner Zeit internalisiert hat. Bildung und Menschwerdung hängen unmittelbar zusammen.

Bildung ist der Prozess, der es dem Einzelnen erlaubt, am Geist der Zeit teilzuhaben, um in den objektiven Geist hinein zu wachsen. Dem Einzelnen könne in dieser Hinsicht nichts geschenkt werden, er muss sich von unten her Schritt für Schritt hocharbeiten.

In seinem Werke *Das Problem des geistigen Seins* (1933) unterteilte Nicolai Hartmann die Welt des Geistes in drei Sphären:

- *Personaler, individueller* Geist: das sind die individuelle, persönliche Vernunft, die Besonnenheit, das Wissen um sich selbst, die Freiheit und das Verantwortungsbewusstsein.
- *Objektiver* Geist: damit sind gemeint die gemeinsame geistige Sphäre und die über-persönliche Vernunft. Dieser Geist ist ohne Substanz, nicht persongebunden, und drückt sich aus in Brauchtum, Sitte, Wissenschaft, Kunst, Moral, Technik, Werte, Zeitgeist etc.;
- *Objektivierter* Geist: das ist der vergegenständlichte Geist in Form von Schriften und Kunst.

Die Persönlichkeit eines Menschen ergebe sich aus seinen Taten, seinem Verhalten und seinen Stellungnahmen. Die Personalität hingegen sei der eigentliche Kernpunkt eines Menschen. Jeder Mensch, der Geist im oben beschriebenen Sinne hat, habe per Definition eine Personalität, die von vornherein gegeben sei. Personalität bei Hartmann hat einige Anklänge an den modernen Person-Begriff, welcher eine apriorische Anerkennung von gleicher Würde zum Inhalt hat. Die Persönlichkeit wäre dann die konkrete Ausformung der immer schon gegebenen Personalität.

Hartmann schälte in seiner typisch filigranen Art einige Existenzialen der Person heraus.

1. Das erste Existenzial ist der Umstand, dass sich die Person immer in Situationen bewegt und immer zu Situationen Stellung beziehen muss. Man gerät ständig in Situationen und muss in ihnen handeln, doch man kann auch

Situationen planend gestalten oder ihnen ausweichen. Auch das Unterlassen ist ein Handeln. Die Unentschlossenheit ist nicht weniger Entscheidung als der Entschluss. Viele Situationen lassen einen Entscheidungsspielraum, andere nicht. Somit gilt für Hartmann: Person ist dasjenige Wesen, das durch die jeweilige Situation zur Entscheidung gezwungen ist.

2. Die Situationen sind eingebettet in ein Zeitgefüge, genauso wie die Handlungen in ein Aktgefüge eingebettet sind und ein Geflecht bilden. In den Situationen und Akten spielt sich der Lebenszusammenhang der Person mit der Welt ab. Die Person wird vom Weltgeschehen und dem Strom der Zeit immer wieder bedrängt und herumgeworfen und ist zugleich zur Selbstentfaltung, Spontaneität und Handeln herausgefordert. Die Person ist ein mitbestimmender Faktor im Strom der Zeit. Hartmann führte den Begriff des »Bannkreises« ein. Jener Mensch, dessen Bannkreis gestaltende Kraft hat und anderen Personen Lebensfülle verleiht, wird eine (mächtige) Persönlichkeit genannt. Wer in deren Bannkreis gerät, wird geprägt. Person ist also *das* Wesen, das mit seinem Lebenskreis verwachsen ist und einen kleineren oder größeren Radius um sich herum mitgestaltet und sich darin verwirklicht.

3. Zum Wesen der Person gehört drittens die Fähigkeit zum Vorausschauen, zum Vorsehen. In der Zukunft eröffnen sich mögliche Initiativen. Nicht nur Minderwertigkeitsgefühle oder eine Organminderwertigkeit stacheln die geistige Tätigkeit mit dem Ziel einer Überwindung an (Adler), sondern mindestens ebenso stark, wenn nicht sogar stärker und wirksamer, die Planung der Zukunft. Sie ist ein begrenztes Reich der Freiheit, hier kann die Person aus der Determination herauspringen. Die Art des Handelns für die Zukunft ist wertbestimmt, betonte Hartmann. Charakteristischer Weise kann der Mensch (die Person) nur das anstreben, was er selbst für wertvoll hält. Das ist Hartmanns Grundgesetz des Geistes als wertbezogen

und wertfühlend. Dieses Wertbewusstsein ist keineswegs durchgängig bewusst, vielmehr zum größeren Teil unbewusst. Werte bestehen unabhängig vom individuellen Wertbewusstsein. Freundlichkeit, Liebe, Treue oder Hingebung seien und blieben Werte, selbst wenn achtlos dran vorbeigegangen wird.

Die relative Freiheit in der Wertsetzung in der Situation ist die positiv verstandene Freiheit des Willens. Die Freiheit beginne allerdings schon einen Schritt vorher, nämlich in der Intention oder der Initiative zum Handeln. In der Freiheit, die Initiative zu ergreifen (oder auch nicht), sei der Mensch zur Verantwortung fähig. In dieser Freiheit könne es Schuld und Verdienst geben, könne der Mensch gut oder böse in moralischem Sinne sein. Die Freiheit dies oder jenes zu tun oder zu lassen sei die Grundlage des Ethos oder der Sittlichkeit. Mit seiner Entscheidungsfähigkeit und seiner Wertfühlung sei der personale Geist auf der Höhe seiner Zeit.

Hartmanns voluminöses Werk erschien in seinen Professorenjahren 1931–1945 in Berlin. Doch schon 1925 erschien ein fundamentales Werk von ihm, die umfangreiche *Ethik*. Kann Hartmann mit den bisher erwähnten Werken zu den Personalisten gezählt werden, so gehört er mit der *Ethik* zu der kleinen Gruppe der Wertphilosophen. Die Wertethik wurde begründet durch Max Scheler und von Hartmann ausgebaut. Hartmann erkannte insbesondere Schelers Schwäche, den Menschen unter die „unendliche Person“ Gottes zu stellen. Beiden gemeinsam ist, dass sie gegen Immanuel Kant argumentierten. Kants kategorischer Imperativ gab keinen Hinweis darauf, was genau jeweils zu tun sei. Scheler und Hartmann meinten darin ein Manko zu erkennen und sie versuchten anzugeben, was gut und böse, richtig und falsch sei. Hartmanns *Ethik* ist der umfassende Versuch dazu.

Das Werk wurde nach dem Krieg praktisch unverändert neu aufgelegt, auch um einer demoralisierten und tief in Schuld verstrickten deutschen Bevölkerung einen moralischen Kompass an die Hand zu geben. Darin liegt etwas Problematisches. Hartmann war seinen Studien vollkommen hingegeben und im Übrigen ein bedürfnisloser Mensch. Zum politischen Betrieb seiner Zeit hatte er keine Meinung. Die philosophische Ethik solle nicht unmittelbar mitreden, nicht Partei nehmen, nur Grundsätzliches lehren. Hartmann war überzeugt, dass sich der Philosoph an den grundlegenden Fragen des Denkens abarbeiten sollte. So tiefeschürfend seine Gedanken sind, so wenig anwendbar im Konkreten scheinen sie zu sein. Hartmann legte Wert auf Gelehrsamkeit und zeitlose Gründlichkeit, nicht auf Effekt. Karl Marx hatte in den berühmten Feuerbach-Thesen die Philosophen dazu aufgerufen, die Welt nicht nur zu interpretieren, sondern zu verändern. Hartmann wäre der letzte gewesen, der dem gefolgt wäre.

Einerseits überdauerte Hartmann die nachfolgenden Denkmoden, andererseits wurde er kaum noch rezipiert. Nach der Weltkriegskatastrophe hatten die Menschen offenbar grundlegendere Bedürfnisse zu befriedigen als die Aneignung reinen Wissens. Statt Hartmann wurden in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts ganz andere, kämpferische Philosophiesysteme wie der Existenzialismus, die Hermeneutik, der Konstruktivismus und die Sprachphilosophie diskutiert, die immer auch zu den drängenden aktuellen Probleme etwas zu sagen hatten. Autoren wie Josef Rattner und Gerhard Danzer (letzterer in *Wer sind wir?*, 2011) sind jedoch der entschiedenen Meinung, dass Hartmann uns Heutigen noch viel über Ethik und Werthaltungen zu sagen hätte. Die Lektüre seines Werkes erfordere allerdings erhebliche Geduld. Wer sie aufbringt, der erfahre grundlegende Belehrung. Hartmanns Anthropologie, Axiologie und Personalismus könne der

heutigen Erziehung, Psychohygiene und Medizin wertvolle Hinweise geben. Wer über Werteverlust und Orientierungslosigkeit klagt, könnte bei Hartmann Antworten finden. Dennoch bleibt die Kritik gültig, dass Hartmann den Menschen zwar als Naturwesen und zugleich als geistiges Wesen begriff, jedoch seine soziale und politische Lebenswirklichkeit ausklammerte.

### Josef Rattner

Der in Berlin wirkende Josef Rattner, ein geborener Wiener und ausgewiesener Individualpsychologe, nahm all diese Anregungen auf und bündelte sie auf charakteristische Weise in die Erziehung und Ausbildung einer ethisch hochstehenden Persönlichkeit. Im Erwerb von Kultur und in der Beitragsleistung zu ihr vollziehe sich das Leben einer echten Person. Rattner unterscheidet nicht genau zwischen Person, Personalität und Persönlichkeit, wenn er einige ihrer Merkmale anführt:

- Persönlichkeit sei kein Faktum am Menschen, sondern ein Fakultativum. Der Mensch habe eine Disposition zur Persönlichkeit, die sich aber nicht von alleine entwickelt, sondern erarbeitet werden müsse.
- Persönlichkeit sei nichts, was einem geschenkt wird. Personalität komme eher selten vor und gelinge nur in Einzelfällen.
- Eine Persönlichkeit hat einen Zugang zur Wertewelt. Werte verleihen Orientierung. Die eigentlichen Motoren des Seelenlebens seien nicht die Triebe, sondern die Ideale. In den höheren Werten sei Humanität im Sinne von Mitmenschlichkeit vorrangig. Zum Wertekanon der westlichen Welt würden Vernunft, Freiheit, Fortschritt, Gerechtigkeit, Solidarität und Glaube an eine bessere Zukunft gehören.
- Wenn Personalität Ergebnis eigener Anstrengung ist, so bedarf es dazu Vitalität, Mut, Solidarität, Angstfreiheit, Großherzigkeit, Gefühlsreichtum und viele weitere positive Charaktereigenschaften.
- Die Person lebt im Dialog, der vorbehaltlos, vernünftig und sachlich zu führen sei. Die zwischenmenschlichen Beziehungen seien das tragende Fundament einer jeglichen Person.
- Im Innersten der menschlichen Existenz seien die eigentlichen Kraftquellen und Motoren die guten Gefühle, welche wiederum nach Max Scheler (siehe oben) »Organe des Werterkennens« seien. Das höchste Gefühl ist die Liebe.
- Eine Person ist keine feststehende Tatsache, sondern eine Entwicklung. Im Laufe der Zeit könne ein immer höheres Stadium des Personseins erreicht werden. Erst wer alle seine Kräfte und Fähigkeiten entfaltet, sei ein wahrer Mensch. Personalität bedeute eine größere Entfaltung über das Mittelmaß hinaus.
- Trotz aller sozialen Komponenten sei die Person wesensmäßig durch ihre Distanz zur Gemeinschaft beziehungsweise zur Masse gekennzeichnet. Eine Person könne in gewissem Maße Einsamkeit ertragen, statt sich dem Kollektiv ängstlich anzupassen. Rattner sieht die Person grundsätzlich vom Kollektiv bedrängt und gefährdet. Darin unterscheidet er sich grundlegend vom Alfred Adler, der als Sozialist das Kollektiv über das Individuum stellte.
- Wer seinem Leben Stil geben will, werde vieles nicht mehr mitmachen. Der reflektierte Rückzug von den Banalitäten des Lebens (und auch von den banalen Mitmenschen) ist inspiriert von Nietzsches Idee vom »vornehmen Menschen«. Ihm liege an der Förderung der Kultur, und diese sei seit jeher die Aufgabe unab-

hängiger Persönlichkeiten. Ganz im Gegensatz zu Adlers Grundhaltung postuliert Rattner in dieser Stelle: »Die Kollektivexistenz ist nämlich nicht normal; sie ist die verbreitetste Neurose, die wir kennen.« Rattner gibt hier dem »Pathos der Distanz« (Nietzsche) Ausdruck. Nietzsche meinte damit eine ständige Arbeit am Nieder- und Fernhalten der Untergebenen, gesehen aus der Sicht des Genies. Das meint Rattner sicherlich nicht. Bei ihm meint Vornehmheit die Tugenden der Großgesinntheit, der Solidarität, der weiten Perspektive, der Überwindung alltäglicher Trivialitäten und der Teilhabe an der humanistischen Tradition.

- Der Umfang einer Person bemesse sich daran, wie viel Welt sie aufzunehmen vermochte; nur durch umfangreiche Teilhabe an Weltbezügen wachse der Mensch. Der Weltbürger bzw. kulturelle Europäer sollte nicht nur über die Kulturentwicklung der vergangenen 3000 Jahre informiert sein, sondern auch die Gegenwart in ihrer Mannigfaltigkeit assimilieren und genießen.
- Die Person ist Einheit und Ganzheit in Leib, Seele und Geist, die wechselseitig aufeinander abgestimmt sind, aber alles ist durchflossen von einem einzigen Stil oder einer Melodie.
- Seele, Geist, Ich, Persönlichkeit und Persönlichkeit sind (wie Nietzsche sagte) etwas »am Leibe«. Das ist richtig gesehen. Ohne Bios gibt es keine dieser geistig-seelischen Manifestationen.

Rattners Überlegungen laufen auf eine humanistische Pädagogik und Erziehung und eine ebensolche Therapie hinaus. In der Erziehung steckte das Geheimnis der vervollkommnung der menschlichen Natur. Rattner ist Verfechter einer demokratischen Erziehung, die auf Gewalt und Verängstigung verzichtet, vielmehr Kinder in Liebe und

Freiheit erziehen möchte, um diese zur Personalität im oben beschriebenen Sinne heranzuführen. Die Erziehung sei dann gelungen, wenn sie in lebenslängliche Selbsterziehung einmünde. Permanentes Lernen sei ein zentrales Aufbauelement der Person.

Rattner selbst lebte diese Maximen vor. Er absolvierte ein Studium der Germanistik und Psychologie in Zürich und schloss eines in Medizin an. Er wollte nicht in die missliche Lage kommen, von der psychiatrischen Zunft als »Laienanalytiker« abqualifiziert zu werden. Seine Ausbildung als Psychotherapeut erhielt er bei Friedrich Liebling in Zürich. Seit 1968 lebt und arbeitet er in Berlin, wo er eine besondere Form der Großgruppentherapie etablierte. Psychotherapie bedeutet hier eine Mischung aus solidarischer Zuwendung, plaudernder Gelehrsamkeit und psychodynamischem Scharfsinn vor weltbürgerlichem Kulturhorizont. Er geht davon aus, dass psychische Störungen und soziale Defizite Ausdruck unterbrochener emotionaler und intellektueller Bildungsprozesse sind. Psychotherapie sei deshalb auch eine Art Nacherziehung in sozialen wie kulturellen Fertigkeiten.

Viele der in diesem Buch genannten Tiefenpsychologen waren fleißige Buchautoren, und Rattner kann mit ihnen ohne Weiteres mithalten. Sein schriftliches Werk umfasst rund 100 Bücher, darunter acht Bände Europäische Geistes- und Kulturgeschichte, sieben Bände Tiefenpsychologie, fünf Bände Philosophie, acht Bände Anthropologie sowie eine *Enzyklopädie der Psychoanalyse* in acht Bänden. Daneben gab er 28 Bände des *Jahrbuchs für verstehende Tiefenpsychologie und Kulturanalyse* sowie 37 Jahrgänge der Zeitschrift *miteinander leben lernen* heraus, die er zum überwiegenden Teil selbst verfasste. Er verknüpft Individualpsychologie, Psychoanalyse, Neopsychoanalyse und Daseinsanalyse mit der philosophischen Tradition von Humanismus, europäischer Aufklärung, romantischer Lebensphilosophie, Phänomeno-



logie und Existenzialismus, was ihn zum wohl wichtigsten Neoindividualpsychologen werden ließ. Sein idealistischer Ansatz vertrug sich schlecht mit dem wissenschaftlichen Interesse der Deutschen Gesellschaft für Individualpsychologie; man trennte sich frühzeitig, und Rattner ging mit der Gründung eines Ausbildungsinstituts eigene Wege.

Rattner ist davon überzeugt, dass das Hineinwachsen in die Kultur zu den wesentlichen Aufgaben eines Menschen zählt. Sigmund Freud war bekanntlich bezüglich der Kulturentwicklung pessimistisch. Für ihn bestand ein Antagonismus zwischen Triebbedürfnis und Kulturzwang. Neurose sei ein Preis für die Kultiviertheit (*Das Unbehagen in der Kultur*, 1931). Rattner teilt diese Ansicht keineswegs und sieht sich in Übereinstimmung mit Alfred Adler, der Neopsychoanalyse und der Lebensphilosophie, wenn er Geist und Kultur als eigentliches Lebenselixier des Menschen ansieht. Nur durch die Kultur habe der Mensch die Chance zur Entwicklung

und Entfaltung. Zur Personalität gehört unabdingbar ein sittlich-ethisches Format und sie bedeutet ein Leben unter hohen Maßstäben zum Aufbau und zur Sicherung einer humanistischen Menschengemeinschaft.

Rattner postuliert, dass auch eine Psychotherapie »vom Geiste her« neue Impulse und Anstöße empfangen kann. Im Lichte dieser Anschauungen wäre zu überlegen, ob die Psychotherapie nicht das Wachstum des Ichs durch kulturelle Beeinflussung ebenso sehr fördern kann wie durch Anbieten von Zwischenmenschlichkeit und Selbst- und Fremdverständnis. Damit wäre der Schritt von der Psychoanalyse zur Kulturtherapie vollzogen. Psychotherapie sollte also in Kulturarbeit einmünden. Der Patient, der über seine schlimmsten Hemmungen und Ängste hinausgewachsen ist, sollte anfangen, sein Bildungsmanko auszugleichen. Die Beseitigung der Symptome sei nur der erste Schritt. Somit wäre die Kultivierung der Persönlichkeit die Krönung eines psychotherapeutischen Prozesses.

# Begriffe



## 13. Das Unbewusste

---

Die Konzeption des Unbewussten war und ist Grundpfeiler der Psychoanalyse und der gesamten Tiefenpsychologie. Spätestens seit Freud ist einem größeren Bevölkerungskreis bekannt, dass nicht alles Denken, Empfinden und Erinnern vollständig bemerkt und registriert wird, aber dennoch erhebliche psychische Wirkung haben kann. Diese psychische Dynamik glaubte Freud in bestimmten Krankheitssymptomen, Träumen und Fehlleistungen entdecken zu können. Da Freud die Wissenschaftlichkeit der Psychoanalyse untermauern wollte, war es sein vordringliches Anliegen, die Wirksamkeit unbewusster Vorstellungen zu beweisen. Damit setzte er einerseits eine romantische und philosophische Tradition fort, andererseits stellte er mithilfe des Rationalismus gerade das von Rationalismus geprägte Bild vom vernünftigen Menschen in Frage. In diesem Zwiespalt standen Konzepte des Unbewusstseins und des Bewusstseins seit jeher. Die Begriffsgeschichte des Unbewussten ist gar nicht zu verstehen ohne die ständige Auseinandersetzung mit den aufklärerischen Verfechtern von Vernunft, welche natürlich nur mit bewussten Überlegungen und Einsichten gewonnen werden kann.

### Frühe Vorstellungen vom Unbewussten

Wer nun allerdings denkt, die Begriffsgeschichte des Unbewussten beginne mit Freud, der irrt. Die *Traditionslinien des Unbewussten* (1999), so der Titel eines Grundlagenwerks von Günter Götde, speisen sich aus mehreren Quellen: aus der rationalistischen Philosophie Kants, Herbarts und Fehners, aus einer vitalistischen Philosophie (Herder, Goethe, Schelling) und aus der Denktradition des triebhaften-irrationalen

Willens, wie sie von Arthur Schopenhauer und Friedrich Nietzsche vertreten wurde. Auch andere Philosophen wie Ludwig Feuerbach, Henri Bergson, Wilhelm Dilthey, Theodor Lipps und verschiedene zur Lebensphilosophie gehörige Autoren haben an der Konstituierung einer Psychologie des Unbewussten mitgearbeitet, wenngleich sie dabei eher intuitiv oder dichterisch vorgehen.

Gottfried Wilhelm Leibniz (1646-1716), auch er ein Philosoph, erkannte bereits die „kleinen“ und „unmerklichen Perceptionen“. Perceptionen sind die primär unbewussten Prozesse individueller Wahrnehmungsverarbeitung, die im Bewusstsein Bilder von der Wirklichkeit entstehen lassen. Sie umfassen nicht nur das subjektive Ergebnis des Wahrnehmungsvorgangs, sondern auch die zu Grunde liegenden neurophysiologischen Prozesse der Sinneswahrnehmung. Leibniz könnte man deswegen als Vater des Unbewussten bezeichnen. Er erkannte, dass der Mensch nicht alles aufnehmen (perzipieren) könne, weil die Signale zu schwach oder zu zahlreich seien. Man empfindet sie allenfalls verworren, aber sie besitzen immerhin einen Anflug von Bewusstsein, sind also nicht schlechthin unbewusst. Ernst Platner (1744–1818), ein Mediziner und Philosoph, ging weiter und sprach erstmals 1776 von „bewusstlosen Vorstellungen“ und „unbewussten Ideen“. Platner war ein Schüler des Philosophen Christian Wolff (1679–1754), der 1720 den substantivischen Begriff des *Bewusstseins* eingeführt hatte. Er verstand darunter, sich vernünftig, aufmerksam und deutlich etwas vorzustellen.

Die Dichter Herder, Goethe und Schelling nahmen ein vitales Unbewusstes an und stellten es in den unauflöselichen Zusammenhang von Natur, Leib, Instinkt, Gefühl, Lei-

denschaft, Schöpferkraft und Spontaneität. Es ist das Unbewusste des Leibes, in Ergänzung zu den unbewussten Denkvorgängen. Carus und Schelling bauten auf das Gute und Schöpferische des Instinkts, während Arthur Schopenhauer, Friedrich Nietzsche und Eduard von Hartmann den Menschen als Marionette seines triebhaften „Willens“ sahen. Dieser Wille ist nicht der bewusste Wille, wie wir ihn bei der rationalen Vorbereitung von Entscheidungen und Handlungen einsetzen, sondern ein dumpfer Lebenswille, der den Hauptzweck verfolgt, zu überleben und sich fortzupflanzen.

Johann Georg Hamann (1730-1788), ein Philosoph aus Königsberg, konstruierte folgerichtig einen Gegensatz zwischen Bewusstsein und „Leben“. Bewusstsein behindert nur das großartige und unergründliche Leben, meinte er. Johann Friedrich Herbart (1746-1841), eigentlich ein Klassiker der Pädagogik, arbeitete mit dem Begriff der „Bewusstseinschwelle“, um das Wechselspiel von stärkeren und schwächeren Vorstellungen zu beschreiben. Klare Vorstellungen seien die Inseln im Ozean der verdunkelten Vorstellungen. Solange Reize unter der psychophysischen Schwelle bleiben, seien die Empfindungen unbewusst, aber nichts desto weniger wirksam.

Die Romantiker feierten das „ungeheure Weltmeer“ der Seele, der Triebe, der Affekte, der Lust, aus denen sich nur einzelne Felsen des Bewusstseins erheben. Das Gesichtsfeld des Bewusstseins sei kleiner als der dunkle Untergrund (Theodor Fechner). Der Dichter und Theologe Johann Gottfried Herder (1744-1803) hielt ein Plädoyer für die „Lebenskraft“, eine organisch-biologische Kraft, die den größten Teil unserer Lebensverrichtungen beherrscht. Das Unbewusste ist die Wurzel des Menschen, sagte Goethe, das Dämonische tut, was ihm beliebt. Die Naturbejahung Goethes oder Schellings umschloss eine Bejahung des Vitalen, das Ich hatte immer weniger zu sagen. Wie aber kann sich ein unrichtiges Ich gegen die Trie-

be, gegen das Es behaupten? Wer steuert was? Was ist das oberste Prinzip, die stärkere Kraft? Ist das Unbewusste vital, kognitiv, triebhaft, irrational oder göttlich? Ist es gefährlich oder lebensnotwendig oder beides?

Das Konzept von der „Lebenskraft“ war Produkt einer spekulativen Physiologie. Dieser variantenreiche Begriff wurde später vom Willen bzw. Unbewussten abgelöst. Carl Gustav Carus (1789-1869), ein Arzt, Maler und Naturphilosoph aus Sachsen, wird das Verdienst zugeschrieben, „das Unbewusste“ 1846 als Fachbegriff in die Psychologie eingeführt zu haben. Er war der erste, der von einer Region des „absolut Unbewussten“ sprach und es vom relativ Unbewussten abgrenzte. Unbewusst sei vor allem Körperliches wie Atmung, Herzschlag und Drüsentätigkeit. Er formulierte, „der Schlüssel zur Erkenntnis des bewussten Seelenlebens liegt in der Region des Unbewussten“, aber ihm war offenbar nicht recht klar, dass das unbewusste Seelenleben nur von einem wachen Bewusstsein gesehen werden kann.

Friedrich Wilhelm Joseph Ritter von Schelling (1772-1845), einer der Hauptvertreter der Philosophie des deutschen Idealismus, polarisierte Natur und Vernunft. Er fasste Natur in die Kategorien Trieb, Drang, Sucht und bezeichnete alles zusammen als „Wille“, im verwirrenden Gegensatz zum Willen als rationale Entscheidungsfähigkeit. Daran knüpften Schopenhauer und Nietzsche an. Für sie war die Triebnatur egoistisch, wild, aggressiv und gefährlich. Die Beispiele zeigen, wie willkürlich mit dem Begriff des Unbewussten umgegangen wurde. Alle Vorstellungen davon waren widersprüchlich, teilweise entgegengesetzt. Die Spekulationen fügen sich nicht zu einem Ganzen, weil die Empirie fehlte. Die Theoretiker des Unbewussten kamen nicht aus der Aporie heraus, dass sie Bewusstsein brauchen, um das Unbewusste zu erkennen und zu beschreiben. Erkanntes und Beschriebenes ist aber bewusst und damit nicht mehr unbewusst.

## Arthur Schopenhauer

Arthur Schopenhauers Hauptwerk *Die Welt als Wille und Vorstellung* (1819) ist eine rabenschwarze und depressive Abrechnung mit der eitlen Hoffnung, der Mensch könne sich der Wahrheit nähern. Alles, was der Mensch als Wahrheit zu erkennen glaubt, sei nichts als „Vorstellung“, eine gedankliche Konstruktion ohne größeren Wahrheitsgehalt. Der Leib sei die Objektivierung des Willens. Das Wesen des Menschen liege nicht in Denken, Bewusstsein und Vernunft. Unsere bewussten Gedanken seien nur die Oberfläche, der Intellekt sei ein Diener des dumpfen Willens. Der Wille ist nicht nur das Wesen des Menschen, sondern der gesamten Welt. Schopenhauer sprach von einem blinden und irrationalen Weltwillen, der über der Vernunft steht, eine Urkraft.

Schopenhauer ist der wortmächtigste Vertreter des Pessimismus. Leben sei Leiden; das Leben sei nicht lebenswert, Not sei die ständige Begleiterin des größten Teils der Menschheit, in letzter Instanz sei jeder allein. Fressen und Gefressenwerden sei das Gesetz der Natur, unser Leben eile unaufhaltsam dem Tode entgegen, das Genie leide am meisten. Selbstmord sei sinnlos, der Wille schaffe sich sofort eine neue Inkarnation. Nur in der Betrachtung der Kunst können wir uns dem Sklavendienste des Willens entziehen. Und es gebe noch einen zweiten Weg der Erlösung: die Brechung bzw. Aufhebung des Willens durch Askese. Positiv kann man sagen, dass Schopenhauer die Augen geöffnet hat für die dunkle Tiefe im Menschen unterhalb des Bewusstseins. Er hat damit den Weg bereitet für eine Philosophie und Psychologie des Unbewussten. Kritisch betrachtet ist seine Philosophie nichts, woran man sich orientieren sollte und worauf man ein reales Leben aufbauen könnte.

Wie viele andere Philosophen vor und nach ihm glaubte Schopenhauer, den Stein der Weisen, die endgültige Wahrheit gefunden

zu haben. Das hat er natürlich genauso wenig wie die anderen Absolutisten. Ob man dem Optimismus oder dem Pessimismus zuneigt, ist eine Frage sowohl des Charakters als auch des vernünftigen Erkennens. Aber Pessimismus ist für Schopenhauer keine Mentalitätsfrage, sondern die Quintessenz aus der Betrachtung der Existenz bzw. des Seins schlechthin. Wer an Schopenhauer das nach heutigen Maßstäben politisch Unkorrekte, das hemmungslos Reaktionäre, das menschlich Uneinsichtige und rabenschwarz Zynische liebt, der kommt auf seine Kosten. Schopenhauers Philosophie kann keinen höheren Wahrheitsgehalt in Anspruch nehmen, denn für eine optimistische Sicht gibt es mindestens ebenso viele gute Gründe wie für eine pessimistische. Spätere Philosophen warfen Schopenhauer (und Nietzsche) eben diesen Pessimismus und Irrationalismus vor. Philosophen wie Ernst Bloch und Georg Lukács kritisierten, sie würden Verstand und Vernunft herabsetzen und die Möglichkeiten des Fortschritts negieren. Nebenbei gesagt waren Schopenhauer und Nietzsche auch Antidemokraten.

Schopenhauer hatte auch Unterstützer und Befürworter, beispielsweise Eduard von Hartmann, der in seiner *Philosophie des Unbewussten* (1869) der Willensmetaphysik Schopenhauers folgte. Das Unbewusste sei der „letzte schöpferische Urgrund“. Eduard von Hartmann bekämpfte die kausal denkenden Naturforscher wie Franz Brentano. Der leugnete 1874 in *Psychologie vom empirischen Standpunkt* die Existenz des Unbewussten. Das Unbewusste werde maßlos überschätzt. So geht es hin und her durch die Jahrzehnte und Jahrhunderte.

## Friedrich Nietzsche

Auch für Nietzsche war das Unbewusste eine geläufige Vorstellung. Mit seiner Unterscheidung von „dionysisch“ und „apollinisch“, die der Romantik entlehnt war, verfolgte er ein

in der westlichen Denktradition weit verbreitetes dichotomisches Muster. Die Figur des Dionysos wird versehen mit Begriffen wie Ekstase, Exzess, Rausch, Verlust der Individualität, Verschmelzung mit einem kollektiven Körper, Taumel, Ernüchterung nach dem Bacchanal und Rückkehr in die Vereinzelung. Das schöpferisch Unbewusste steht für ihn gegen das rationale, wissenschaftliche Bewusstsein. Am Anfang der griechischen Kultur steht für Nietzsche Dionysos. Sein Gegenspieler ist die Figur des Apoll. Der apollinische Gestaltungswille steht der dionysischen Ekstase entgegen. Nietzsche verwandelt in seinem ersten großen Buch *Die Geburt der Tragödie* (1872) diese zwei Kunststile unter der Hand in metaphysische und existenzielle Prinzipien. Die Leidenschaften und die Musik sind dionysisch, die Sprache und die Rationalität apollinisch. Apollo ist der Gott der Form, der Klarheit, des festen Umrisses und vor allem der Individualität. Dionysos aber ist der wilde Gott der Auflösung, des Rausches, der Ekstase, des Orgasmus. Musik und Tanz sind seine bevorzugten Formen. Hier kommt die Schopenhauer'sche Philosophie zum Zuge, denn das Dionysische ist die Welt des triebhaften *Willens* und das Apollinische ist für die *Vorstellung*, also für die Bewusstheit zuständig.

Nietzsche war (wie später Freud) davon überzeugt, dass der dionysische Urgrund des Menschen eine Tatsache ist. Nietzsche steigerte sich in eine krankhafte Bewunderung des Dionysischen als begehrenswertes Lebensprinzip hinein. Das Dionysische ist der ungeheure Lebensprozess selbst. Der Krieg ist für Nietzsche der Durchbruch des Dionysischen. Er identifizierte die dionysische Lebensmacht mit dem Krieg als Vater aller Dinge. Es sei immer wieder nötig, dass periodisch der furchtbare Untergrund hervorbricht um wie ein Vulkan das Erdreich zu erneuern, zu womöglich größerer Fruchtbarkeit. Der Krieg sei eine zermalmende, erneuernde und damit kulturschöpferische Macht. Je größer, blutiger, barbarischer der Krieg, desto besser für die Kultur der Grausamkeit.

Man lese dazu Nietzsche im Original. Mit der *Geburt der Tragödie* hatte Nietzsche die philologische Wissenschaft verlassen; die Zunft kritisierte und verstieß ihn, die Studenten blieben weg. Schnell hatte man erkannt, dass Nietzsche keine altphilologische Wahrheiten diskutierte, sondern sich für eigene Zwecke die Prinzipien Dionysos und Apollo erfand.

Ob Nietzsche Wesentliches zur Tiefenpsychologie leistete, ist umstritten. Sein Werk wimmelt von psychologischen Einsichten, die aber durchgängig von seinem Pessimismus und seiner antidemokratischen Überheblichkeit durchtränkt sind, so dass sich fragen lässt, ob er wirklich allgemeingültige Wahrheiten formulierte. Schon im jungen Alter erschauerte Nietzsche vor den Tiefen des Unbewussten: „Was weiß der Mensch eigentlich von sich selbst! [...] Verschweigt die Natur ihm nicht das Allermeiste, [...] Sie warf den Schlüssel weg; und wehe der verhängnisvollen Neubegier, die durch eine Spalte einmal aus dem Bewußtseinszimmer heraus und hinab zu sehen vermöchte . . .“ (1872). Der Kern des Menschen, sein Bleibendes, Ewiges, Letztes, Ursprünglichstes, sei das Unbewusste. Der „allergrösste Theil unseres geistigen Wirkens [verläuft] uns unbewusst, ungefühl“ (1876).

Nietzsche selbst glaubte tiefer zu sehen als alle anderen. Sowohl Kunst, Religion, Metaphysik als auch so genannte höhere Ideale wie Barmherzigkeit, Askese, Aufopferung und Mitleid wurden auf den Seziertisch des Philosophen gelegt und einer Vivisektion unterzogen. Er war ein Entlarvungsphilosoph, der von seinen Mitmenschen grundsätzlich nur Schlechtes erwartete: „Wer sich selbst erniedrigt, will erhöht werden“, und zwar auf Kosten der Mitmenschen. Charaktermängel werden enttarnt und der Leserschaft schonungslos vor Augen geführt: „Wer die Eitelkeit bei sich leugnet, besitzt sie gewöhnlich in so brutaler Form, dass er instinctiv vor ihr das Auge schliesst, um sich nicht verachten zu müssen.“ Jede noch so lautere

moralische Absicht wird in ihr Gegenteil verkehrt: „Wenn die Neugierde nicht wäre, würde wenig für das Wohl des Nächsten gethan werden.“ Nietzsche meinte damit: Unter dem Vorwand des Mitleids und der Hilfeleistung schleichen wir uns ins Haus des Bedürftigen, um unsere Neugier zu befriedigen. Die Entlarvungspose übernahmen später Freud und Adler, wenngleich sie nicht Nietzsches Erbarmungslosigkeit kopierten. Immerhin meinten auch die frühen Tiefenpsychologen, die wahren Motive der Patienten und Neurotiker zu kennen. Für sie lauerte selbst noch hinter der freundlichsten Fassade der tiefste Neurotizismus.

### Sigmund Freud

Die psychoanalytische Fachwelt beschäftigt nach wie vor die Frage, ob Freud von Arthur Schopenhauer und Friedrich Nietzsche mehr übernommen hat, als er zuzugeben bereit war, oder ob man seinen auf geistige Unabhängigkeit pochenden Selbstaussagen glauben darf. Als Positivist und Materialist hielt Freud vom Philosophieren wenig. Auch er schrieb den irrationalen Kräften große Macht zu, versuchte sie aber therapeutisch zu nutzen. Er beharrte darauf, etwas Neues gefunden zu haben, was angesichts der genannten Denktraditionen nicht ganz zutreffen dürfte. Durch den Philosophen Eduard von Hartmann war das Unbewusste in den 1870er Jahren ein vieldiskutiertes Thema geworden, und Freud als neugieriger Kopf und ausdauernder Leser war davon mit Sicherheit nicht unbeeinflusst geblieben. Über eine ebenfalls in den 1870er und 1880er Jahren geführte breite Debatte über Traumforschung kam Freud vermutlich auch auf diesem Weg mit dem Thema des Unbewussten in Berührung.

Freuds psychologische Ausrichtung am Grundbegriff des Unbewussten erfolgte erst mit der Studienreise nach Paris zu Jean-Martin Charcot 1885/86, der Eröffnung einer neurologischen Praxis in Wien (die Men-

schen gingen lieber zu Neurologen als zu Psychiatern, die in den Irrenanstalten arbeiteten) und mit der intensiven Zusammenarbeit mit Josef Breuer bis 1892. Freud wandte sich von der Organmedizin ab, sein Interesse verlagerte sich von der Neuropathologie zur Psychologie. Die Psychoanalyse entwickelte er gleichzeitig als Untersuchungsmethode, Behandlungsverfahren und theoretisches Konstrukt.

Maßgeblich für Freuds Erforschung unbewusster psychischer Vorgänge waren Phänomene der Hypnose, die Erinnerungsausfälle hysterischer Patientinnen und die unverständlichen Träume. „Krankhafte Vorstellungen“ würden psychische und körperliche Funktionen aus dem Lot bringen. Deshalb komme es darauf an, den Einfluss krankmachender Vorstellungen und Erinnerungen an erschütternde Erlebnisse zu beseitigen. Freud wandte sich ab von der Vorstellung, physiologische Läsionen würden zu Symptomen führen. Er verteidigte die Hysteriker gegen den Vorwurf der (körperlich-nervlichen) Degeneration. Es sei vielmehr die Macht unbewusster Gedanken, die bei einigen Menschen hysterische Symptome hervorrufen. Die hysterischen Symptome sind auch körperlich: Lähmung, Delirium, Erbrechen, Sehstörungen, nervöser Husten usw. Eine Differenzialdiagnose zwischen körperlichen und psychischen Symptomen fand damals noch nicht statt.

Freud überwand die Auffassung, die das Unbewusste aus der Wissenschaft ausschloss und in den Bereich der Kunst verwies hatte. Er bezog das reflektierende Subjekt in den Forschungsprozess ein; das war neu, aber auch problematisch. Und er bot eine Methode an zur Bewältigung jener Ängste, die durch die Infragestellung gewohnter, das Ich stützender Denkstrukturen ausgelöst werden.

Freud unterschied zwischen Primär- und Sekundärprozessen. Primärprozesse sind



kindlich unausgereift, regressiv entdifferenziert, dem Lustprinzip unterworfen (Hedonismus) und unbewusst. Sekundärvorgänge sind vorbewusst und bewusst, vernünftig, sittlich verantwortlich und dem Realitätsprinzip unterworfen. Der Widerstand wachse von außen nach innen, d.h. vom Bewussten über das Vorbewusste zum Unbewussten. Die Fantasie verfälsche unbewusste Erinnerungen. Die Erinnerung wird ständig umgeschrieben und verschoben.

Er schritt voran von der Erklärung der Hysterie über die der Neurosen zu einer Anthropologie: *Jeder* Mensch verdrängt, wehrt ab und verleugnet. Das Verblüffende daran ist, dass Freud trotz dünner Beweise, unverzeihlichen logischen Brüchen und einer unwissenschaftlichen fixen Idee dennoch etwas Wichtiges entdeckte: das Unbewusste und seine Mechanismen.

Angefangen hatte alles mit angeblich sexuellem Kindesmissbrauch bei seinen Patientinnen, daraus wurde im weiteren Verlauf der Theorieentwicklung der *Wunsch*, den Vater zu beseitigen und die Mutter zu besitzen. Das unterliegt der frühkindlichen Amnesie und bleibt im Dunkeln der Verdrängung. Aber Freud ging es um viel mehr, um die Selbstentfremdung des Menschen von sich selbst und um die Entstehung von Kultur (Inzest- und Mordverbot). Freud nahm damit halb die Position eines Protestlers gegen kulturelle Unterdrückung und gesellschaftliche Unwahrheit ein. Die andere Hälfte von ihm blieb bürgerlich-konventionell. Wenn er diagnostiziert, dass die Frau an Küche und Kinder gebunden sei, während die Männer die schwere Kulturarbeit auf sich nehmen müssten, dann nicht etwa bedauernd, sondern als Tatsache konstatierend. Freud gehört zu den Schlüsselfiguren der Moderne, aber seine Rolle ist ambivalent; dem Sprechen über Sexualität und der Religionskritik stehen gegenüber sein Konservatismus und sein Antifeminismus.

Die Traumdeutung war für Freud der Königsweg zum Unbewussten. Er war der Mei-

nung, dass sich beim Träumen die Bedürfnisse und Wünsche des Unterbewussten zeigen und dass viele dieser Wünsche verbotene Triebe darstellten. Dieser Weg von den Triebwünschen zu den latenten Traumgehalten (siehe Kapitel „Traumdeutung“) lasse sich in der Therapie rückwärts gehen: Der Patient erzählt seinen Traum und wunderbar zielgerichtete Assoziationen führen zum Wunsch, der zudem im Traum erfüllt wird. So beschrieb es Freud. Dieses Unbewusste ist allerdings nur ein kleiner Teil des Unterbewusstseins. Es handelt sich nur um jene Inhalte, die einst bewusst oder halb bewusst gewesen sind, dann aber wegen Inkompatibilität mit dem Selbstbild aus dem Bewusstsein verdrängt worden sind. Daneben ist das absolut Unbewusste in Rechnung zu stellen, wie es Freud sich vorstellte, die „doppelte Verdrängung“, bei der „nichts“ von ursprünglichen vitalen Impulsen übrigbleibt. Das absolut Verdrängte in Form eines absolut Vergessenen, das Verdrängen von einst Gewusstem und das (häufige) Vergessen sind nach Freud pathogene Vorgänge, die zur Neurose führen.

Die Traumdeutung ist der Königsweg zum Unbewussten? Die Rekonstruktion des latenten Traums, wie Freud sie sich vorstellte, kann so nicht funktionieren. Das ist kein Beinbruch. Denn es ist das Beobachtbare, das den Zugang zum Unbewussten ermöglicht, wie unter anderem Harald Schultzhencke aus seiner eigenen Therapieerfahrung wusste. Das Beobachtbare ist der Königsweg zum Unbewussten, ist der Zipfel, der in die bewusste Realität ragt. Und hatte nicht Freud das Vergessen, Versprechen und Verlegen – die *Psychopathologie des Alltagslebens* – als Indizien für ein dahinterliegendes Unbewusstes herangezogen?

Und er selbst bot mit der „freien Assoziation“ ein vermutlich noch brauchbareres Instrument für den Zugang zum Unbewussten an als die Traumdeutung: den inneren Gedankenstrom. Ein literarischer Prototyp für die Bewusstmachung des inneren Monologs

ist James Joyce's *Ulysses* (1922). Wie im Traum oder Halbschlaf spielen Erinnerungen und Assoziationen in den Gedankenstrom der Protagonisten hinein. Der Wechsel zwischen Realem und Gedachtem erfolgt unangekündigt und wird dem Leser häufig erst im Nachhinein bewusst. Der Spaziergang von Stephen beispielsweise hat offensichtlich kein Ziel. Er fragt sich, ob er seiner Tante einen Besuch abstatten sollte, doch während er nachsinnt, verpasst er den Weg zu ihr („An der Abzweigung zu Tante Sara bin ich schon vorbei. Geh' ich denn nicht hin? Anscheinend nicht.“). Der Patient wird im Zuge seiner (therapieinduzierten) Entwicklung wahrhaftiger, wenn er Verdrängungen erkennt und einige davon aufhebt, wenn er Dinge und Gedanken, die ihm zugestoßen und mit unerträglichen Affekten gekoppelt sind, mutig und versöhnlich in den Gedankenstrom aufnimmt, wenn er Konflikte und Ambivalenzen als solche erkennt und zu lösen versucht und wenn Diskrepanzen zwischen Sein und Schein minimiert werden.

### Alfred Adler

Zwei Aspekte (Kindheit und Unbewusstes) werden auch von der Individualpsychologie berücksichtigt, wenngleich in einer gegenüber der Psychoanalyse Freuds abgeschwächten und abgewandelten Form. Die Entstehung der Neurosen in der Kindheit und der unterschwellige Einfluss des »Unverstandenen« auf das aktuelle Leben werden auch von der Individualpsychologie betont. Bei Adler finden sich Formulierungen vom „geheimem Lebensziel“ und andere Synonyma für Unbewusstes. Es gibt ausgedehnte Bereiche unverstandener, nicht ins Auge gefasster, nicht eigens thematisierter Tatsachen, die das eigene Leben betreffen. Adler zog es vor, nicht vom Verdrängten und vom Unbewussten zu sprechen, sondern vom Unverstandenen, „dem Verstehen Entzogenen“, weil „niemals in Worte gefaßt“ (Adler 1933). Die Meinung von sich, das Persönlich-

keitsideal und -ziel ist vorsprachlich, es existiert in einem Bild, es ist „Bewußtsein ohne Begriffe“. Das Unbewusste, welches der Freud'schen Psychoanalyse Gegenstand manch dunkler, tiefer Spekulation wurde, erweist sich in Adlers Perspektive als der nichtbegriffliche, nichtsprachliche Teil unseres Bewusstseins. Bewusstsein wird nur so weit zugelassen, als es der Erreichung des Größenideals förderlich ist.

Adler bezog das Unverstandene sowohl auf das Selbst als auf die Weltangelegenheiten, er sieht Widerstand und Verdrängung auch aus Unverstand und mangelnder Bildung hervorgehen. Der neurotische Mensch, meint die Individualpsychologie, richte in sich Zonen des „Unverstandenen“ auf, er ist sich zumindest teilweise selbst verborgen. Fritz Künkel nannte das Unbewusste „die Lückenhaftigkeit unseres Wissens um uns selbst“. Die Lebenseinschränkungen durch unverstandene Verdrängung bedeute für den Betroffenen Leid und Lähmung, die Angst kann sich bis zur Panik steigern. Der Begriff des *Unverstandenen* ist unentbehrlich geworden um etwas zu bezeichnen, von dem man weiß, auf das man gleichwohl nicht hinblicken will; dieser individualpsychologische Begriff steht gleichbedeutend neben dem des Unbewussten. Der Zugang zu den unverstandenen Seiten erfolgt auch in der Individualpsychologie über die Bewusstwerdung des inneren Gedankenstroms durch gezieltes Fragen des Therapeuten. Zwei weitere Methoden sind die Introspektion und die erweiterte Selbstwahrnehmung, die selbst wiederum verschiedene Untermethoden kennen. Das ist es, was die Tiefenpsychologie den Wissenschaften Neues brachte. Dem Grad der Wahrnehmung des Inneren wird dabei wohl immer eine gewisse Grenze gesetzt sein. Bei der dynamischen systemtheoretischen Betrachtung liegt es nahe, von fließenden Übergängen zwischen bewussten und unbewussten Prozessen auszugehen.

## Carl Gustav Jung

Jung erweiterte das Unbewusste um archaische Inhalte und um Traumhalte, zu denen der Träumer keine Assoziationen aus seiner persönlichen Lebensgeschichte beisteuern konnte. Jung meinte damit Gestalten der Mythologie und der Sagen wie zum Beispiel Nixen, Centauren, Engel, Dämonen und Götter, aber auch Träume vom Fliegen oder auf dem Grund des Meeres ein Feuer anzünden. Freud vertrat die Ansicht, es handele sich bei den so genannten archaischen Resten um Relikte aus früheren Phasen der Menschheitsentwicklung. Wie diese in das konkrete Individuum hineinkommen sollen, bleibt ein Rätsel. Werden sie vererbt? Konnten Menschen früher fliegen und auf dem Meeresgrund Feuer anzünden? Über die Bedeutung dieses archaischen Urgrundes entzweiten sich Freud und Jung. Jung stellte die These auf, dass Mythen Gestaltungen des Unbewussten sind. Sie veranschaulichen bildhaft psychische Sachverhalte (das Wort „Sachverhalt“ ist mehr als schwammig). Jung verglich die Mythen und Märchen vieler Völker und kam zu dem Ergebnis, dass sie auf einige wenige Grundmuster zurückzuführen seien, die er Archetypen nannte. Er war tatsächlich der Meinung, dass sie phylogenetisch erworben seien, also vererbt werden. Sie müssen also irgendwo im zentralen Nervensystem ihren Sitz haben, was nie bewiesen wurde.

## Das moderne Unbewusste

Die moderne Hirnphysiologie hat die frühen Konzepte von Bewusst und Unbewusst zum Teil bestätigt, zum Teil widerlegt. Zu sagen, Sigmund Freud oder irgendein anderer sei durch die aktuelle Hirnforschung bestätigt, geht an den komplizierten Tatsachen vorbei. Die Funktionsweise des Gehirns war damals nicht bekannt und konnte nicht hellseherisch „vorweggenommen“ werden es sei denn als zufällig zutreffende Raterei. In der aktuellen Rechtfertigungsdebatte der unter Beweisdruck geratenen klassischen Psychoanalyti-

ker wird leichtfertig eine visionäre Fähigkeit Freuds behauptet.

Schauen wir kurz auf aktuelle Forschungsergebnisse und beginnen wir mit dem „absolut Unbewussten“, welches Freud hypostasiert hatte. Unbewusst ist uns zum Beispiel alles, was in den Zellen passiert, die Metabolisierung von Energie; das, was man das Unbewusste nennt, reicht hinab bis in die einzelne Zelle. Auch von der Selbstorganisation einzelner Gehirnareale und ihrer internen Kommunikation bekommen wir überhaupt nichts mit. Das Gehirn besteht aus einem dynamischen und interaktiven Set von Subsystemen, in denen Informationen aus der inneren und äußeren Realität unauffällig verarbeitet werden. Ein Großteil der Informationsverarbeitung geschieht nicht bewusst. Selbst bei noch so angestrengtem Nachdenken und noch so bemühter Introspektion können wir uns die allermeisten dieser unterschweligen Wahrnehmungsprozesse nicht bewusst machen.

Ferner liegen die ersten drei bis vier Lebensjahre in einem undurchdringlichen Dunkel. Freuds Rekonstruktion, dass der Wolfsmann Neurotiker wurde, weil er den elterlichen Geschlechtsverkehr im Alter von 18 Monaten miterleben musste („Urszene“), hatte der Wolfsmann einfach anzunehmen. Einen Beweis dafür gab es nicht. Dennoch gibt es eine Art Erinnerung an die frühesten Jahre, vielleicht sogar eine an die intrauterine Zeit. Dies scheinen gefühlsmäßige Erfahrungen zu sein, die das spätere Leben auf eine spezifische Art positiv oder negativ einfärben, ohne determinierend zu sein.

Das Gesamtsystem Mensch hat sowohl eine innere Wahrnehmung, ebenso wie es stark von äußeren Einflüssen geprägt ist. Das Intrapsychische und Interpersonelle kann zu analytischen Zwecken getrennt werden (Individualpsychologie versus Sozialpsychologie), aber im täglichen Ablauf und lebensgeschichtlich gesehen ist eine solche Aufteilung nicht sinnvoll. Die intrapsychische Erlebniswelt ist ein Subsystem der umfassenderen

intersubjektiven Systeme. Aus dieser Sichtweise folgt auch, dass Entwicklung ungleich stärker interaktions- und kontextabhängig ist, als jemals zuvor gedacht wurde (und als Freud jemals dachte). Das heißt zum Beispiel, dass sich Entwicklungsziele nicht unabhängig vom äußeren Kontext entfalten können, und ebenso wenig gibt es Konflikte und Traumatisierungen, die unabhängig vom intersubjektiven Kontext entstehen. Die Pathologie eines Patienten kann andauern, nicht weil innerpsychische vorbewusste Kognitionen vom Patienten nicht für eine Revision zugelassen würden, sondern weil pathogene Interaktionsmuster zwischen Patient und Mitmenschen eine befreiende Auflösung nicht zulassen. Aber das ist nur ein Beispiel unter vielen Möglichkeiten.

Unser Gehirn ist sowohl im Wach- als auch im Schlafzustand ständig damit beschäftigt, Informationen zu verarbeiten und neue Wahrnehmungen und Erfahrungen in unser schon gespeichertes Vorwissen zu integrieren. Da die bewusste Informationsverarbeitungskapazität des Gehirns beschränkt ist, muss ein Teil dieser Arbeit im Hintergrund ablaufen. Herzschlag, Atmung oder Temperaturregelung des Körpers werden in der Regel nicht an das Gehirn zur Kontrolle übermittelt. Diese Funktionen laufen unterbewusst ab, eben vielleicht aus dem Grund, die begrenzte Sphäre des Bewusstseins nicht zu überlasten. Die Verarbeitungskapazität unseres Gehirns ist einerseits erstaunlich hoch, andererseits beklagenswert begrenzt. Es kommt auf die Relation an. Wir können unsere bewusste Aufmerksamkeit scharf ausrichten, müssen dafür aber anderes ausblenden.

Das Gehirn muss selektieren, welche Informationen relevant sind und welche weniger, auch das ein weitgehend unbewusster Vorgang. Die Studie „Gorillas in unserer Mitte“ (*Gorillas in our midst*) der University of Illinois zeigt, dass urbane Menschen selbst einen vorbeigehenden Menschen im Gorilla-

kostüm übersehen können. Bewusste Wahrnehmung verlangt Aufmerksamkeit, die in den Menschen in unterschiedlicher Intensität vorhanden ist. Ungefähr die Hälfte der Versuchspersonen nimmt ein eigentlich auffälliges, jedoch unerwartetes Ereignis nicht wahr, wenn sie mit anderen Beobachtungsaufgaben beschäftigt sind. Das Gehirn hat eine eingeschränkte Verarbeitungskapazität, es kann nicht sehr viele Reize gleichzeitig verarbeiten. Entweder beschäftigt es sich unterhalb der Wahrnehmungsschwelle damit oder es grenzt bestimmte Reize aus. Diese Ausgrenzung hatten Nietzsche, Freud und Adler zu Unrecht pathologisiert, indem sie grundsätzlich neurotische oder egoistische Motive unterstellten. Ein liegengelassener Regenschirm hatte einfach nicht die Aufmerksamkeitsintensität eines parallelen Ereignisses, beispielsweise einer interessanten Unterhaltung.

Die relativ geringe Verarbeitungskapazität bedeutet auch keine Minderwertigkeit, wie Alfred Adler und andere Psychologen und Philosophen meinten. Im Alltag reichen minimale Inputs, um uns sofort ein vollständiges Bild zu machen, welches wir unwillkürlich für zunächst »wahr« und »wirklich« erachten. Ein winziger Eindruck reicht für ein ganzes Urteil (welches prinzipiell falsch sein kann). Wahrnehmen und überprüfen ist eine ständige Arbeit des Gehirns, auch diese ist weitgehend unbewusst. In den Wissenschaften und auch sonst manchmal im Leben wird das bewusste Nachdenken zur Routine und zu einer Pflicht. Unsere Wahrnehmungsverarbeitung sollte nicht allzu weit von der Realität abweichen. Was Realität ist, wird im Wesentlichen *zwischen* den Menschen ausgehandelt.

## Gehirn und Gedächtnis

Das Gehirn, auf dessen Basis alle höheren seelischen und geistigen Phänomene beruhen, ist ein nichtlineares, dynamisches Sys-

tem. Die Abbild-Leistung des Gehirns (wie eine Festplatte) wird heute mit gutem Grund verworfen. Aber wie entstehen Ordnung und Komplexität aus dem Zusammenspiel einer unbekannt großen Zahl von Komponenten?

Neurologisch betrachtet ist eine Erinnerung ein gespeichertes Verknüpfungsmuster von Nervenzellen. Je öfter die Erinnerung aktiviert wird, desto wahrscheinlicher ist es, dass die Verschaltungen permanent bestehen bleiben und die Erinnerung ins Langzeitgedächtnis übergeht; das nennt man Lernen.

Im Prinzip könnte unser Gehirn eine schier unbegrenzte Zahl an Erinnerungen speichern. Die Verarbeitung, der sinnvolle Einsatz, aber würde das Gehirn überfordern. Vergessen und Verdrängen ist eine notwendige Voraussetzung für ein funktionsfähiges Gedächtnis. Zudem ist bekannt, dass Erinnerungen dann eine größere Chance haben, im Gedächtnis dauerhaft abgelegt zu werden, wenn sie mit heftigen Gefühlen oder Affekten verbunden sind. Bei einem Supergedächtnis wäre das nicht nötig, es behielt auch die banalste Kleinigkeit, kann also nicht mehr zwischen wichtig und unwichtig unterscheiden.

Zu sagen, das Gehirn sei selbst organisierend, bedeutet nicht, dass es autonom oder autark wäre. Es ist sozusagen Gefangener seiner eigenen Struktur, die sich zudem im Laufe der Lebensjahre wandelt. Wenn wir auf die Welt kommen, sind wir bereits mit genetisch determinierten Verschaltungsstrukturen ausgestattet, die uns für ganz bestimmte Wahrnehmungen und für assoziative Verarbeitungen prädisponieren. Das erklärt z.B. die außergewöhnlichen Sinnesleistungen von Neugeborenen, die bei den meisten Menschen dann allerdings um das sechste Lebensjahr zurückgebildet werden. Es müssen nicht unbedingt langweilige Schule und konformistische Eltern sein, die aus intelligenten Kleinkindern farblose Erwachsene machen.

Es gibt mehrere Gedächtnisteile, die sich evolutionär entwickelt haben und unterschiedliche Aufgaben erfüllen.

Das *Kurzzeitgedächtnis* hat verschiedene Funktionen: den räumlich-visuellen Notizblock zur kurzfristigen Speicherung visueller Eindrücke; die artikulatorische oder phonologische Schleife dient zur Speicherung von verbalen Informationen, welche durch ein inneres Wiederholen relativ lange verfügbar bleiben können; die zentrale Exekutive verwaltet die beiden Subsysteme und verknüpft Informationen aus diesen Systemen mit dem Langzeitgedächtnis; der episodische Puffer.

Je nach Art der Gedächtnisinhalte unterscheidet man beim *Langzeitgedächtnis* zwischen deklarativem (explizitem) und prozeduralem (implizitem) Gedächtnis.

Das *deklarative* Gedächtnis, auch Wissensgedächtnis oder explizites Gedächtnis, speichert Tatsachen und Ereignisse, die bewusst wiedergegeben werden können.

Das deklarative bzw. *explizite* Gedächtnis wird unterteilt in eine episodische und eine semantische Schicht.

Im *episodischen* Gedächtnis finden sich Episoden, Ereignisse und Tatsachen aus dem eigenen Leben. Es ist verknüpft mit dem Ich, die Informationen beziehen sich auf den individuellen Kontext und immer auf die eigene Person. Man weiß, wo man letzten Sommer den Urlaub verbracht hat und welche Museen man in Paris besuchte. Wir erkennen das Gesicht eines Menschen sofort wieder, selbst wenn wir ihn jahrelang nicht gesehen haben, ohne uns im einzelnen Rechenschaft darüber abgeben zu können, was dieses besondere Gesicht ausmacht.

Das *semantische* Gedächtnis speichert das so genannte Weltwissen eines Menschen, wie zum Beispiel berufliche Kenntnisse, Fakten aus Geschichte, Politik, Kochrezepte etc. Der Inhalt des semantischen Gedächtnisses ist Schulwissen oder Allgemeinwissen: Paris ist die Hauptstadt von Frankreich. Das weiß

man, aber man weiß nicht, woher und seit wann, es ist kontextfrei. Man erkennt einen Apfel und weiß, es ist ein Apfel, weil man schon hunderte gesehen hat.

Das *implizite* Gedächtnis wird unterteilt in prozedurale (automatische) und perzeptuelle Schichten. („Perzeptuell“ ist missverständlich. Perzeption bezeichnet den Prozess der Wahrnehmung von Reizen durch die Sinne. Er kann unbewusst, halb bewusst und bewusst sein. Hier ist die unbewusste Verarbeitung von innerkörperlichen Rückkopplungssignalen gemeint.)

Das *prozedurale* bzw. *automatische* Gedächtnis beinhaltet Fertigkeiten, die automatisch, ohne Nachdenken eingesetzt werden. Hier werden motorische Bewegungssteuerungen abgelegt, deren genauer Ablauf nicht erinnert werden muss. Das automatische Gedächtnis lässt uns mehr oder weniger unreflektiert das tun, was wir gelernt haben. Beim Atmen, Lesen, Radfahren, Spazieren gehen, Autofahren, Skifahren, Klavierspielen, Schwimmen oder Essen denken wir meist nicht darüber nach, was wir gerade tun. Das prozedurale Gedächtnis kann dem Vorbewussten zugeschlagen werden, es ist leicht bewusst zu machen.

Das *perzeptuelle* Gedächtnis verarbeitet die unbewussten Wahrnehmungen der Sinnesorgane innerhalb und außerhalb des Körpers. Dies ist ein weiterer Bereich dessen, was wir Unbewusstes nennen.

Beide Systeme sind hirnpfysiologisch weitgehend unabhängig. Der Ort des deklarativen Gedächtnisses ist der Neokortex. Das perzeptuelle Gedächtnis ist nicht im Neokortex gelegen und dem Bewusstsein nicht zugänglich. Das prozedurale Gedächtnis ist offenbar schon sehr früh funktionsfähig, während das episodisch-autobiografische Gedächtnis sich erst langsam im dritten und vierten Lebensjahr entwickelt. Die frühe Tiefenpsychologie kannte die funktionelle Unterscheidung in bewusst, vorbewusst und

unbewusst, aber nur phänomenologisch, nicht physiologisch.

Gleichzeitig unterscheidet das Gehirn im Hintergrund pausenlos die eingehenden Informationen nach wichtig und unwichtig, gefährlich und ungefährlich, bekannt und unbekannt. Die Schwelle zum Bewusstsein wird erst bei wichtig, gefährlich und unbekannt übersprungen. Wo aber liegt die Entscheidungszentrale, die entscheidet, was wichtig, gefährlich und unbekannt ist? Weder Hirnforschung noch Psychologie haben wirklich festen Boden unter den Füßen. Was man allgemein sagen kann ist, dass das Gedächtnis umso expliziter wird, je mehr seine Inhalte sprachlich reflektiert sind. Sprache ist nicht nur ein Verständigungs-, sondern auch ein Erkenntnismittel.

Innerhalb der Welt des Unbewussten kann man tiefenpsychologisch zwei große Teilbereiche unterscheiden: jenen, der all das umfasst, was mit der Aufrechterhaltung unserer körperlichen Grundfunktionen zu tun hat, ferner grundlegende affektive Zustände im Bereich von Paarung und Fortpflanzung, (mütterlicher) Fürsorge, Affekte wie Wut, Aggression, Verteidigung und Flucht. All dies wird von niederen Zentren gesteuert, die nicht zum Kortex gehören. Es handelt sich um Zentren, die sehr früh in der Hirnentwicklung entstehen, d.h. in den ersten Wochen und Monaten des Ungeborenen, und die später den Kern dessen darstellen, was man Temperament und Persönlichkeit nennt. Sie sind durch Lernen und Umwelteinflüsse nur schwer – wenn überhaupt – zu verändern.

Der zweite Bereich umfasst das Emotionale im engeren Sinne, die Gefühle. Ihr Grundbestand ist weitgehend angeboren und wird aufgrund individueller Erfahrung modifiziert. Freude, Furcht oder Abscheu sind als Emotionen angeboren, aber die individuellen Unterschiede sind enorm in dem, was dem einen oder dem anderen Freude oder Furcht bereitet, was Neugier weckt und Abscheu

erregt. Diese emotionale Konditionierung verläuft weitgehend unbewusst, vor allem in den ersten Lebensmonaten und Jahren, wenn das erinnerungsfähige Erlebnisbewusstsein noch nicht vorhanden ist. Die emotionale Konditionierung ist stark lern-, erfahrungs- und verarbeitungsabhängig. Sie vollzieht sich vorrangig in den ersten Lebensjahren, ohne jedoch irgendwann ganz zum Abschluss zu kommen.

Das *deklarative* Gedächtnis kann durchaus schreckhafte Erinnerungen oder Entbehrungen traumatisierender Qualität aufbewahren, was später in irgendeiner Form das aktuelle Handeln und Erleben mitbestimmt. Die seit erst zwei Jahrzehnten diskutierte Unterscheidung in ein prozedurales und ein deklarativ-autobiografisches Gedächtnissystem erweitern die Möglichkeiten der Tiefenpsychologie. Die archäologisch orientierte Psychoanalyse zielt auf das autobiografische Gedächtnis, dessen Inhalte zu rekonstruieren seien, um eine historische Wahrheit zu erzielen. Die innere Selbstwahrnehmung ist die von einem Ich oder einem Selbst. Das *prozedurale* Gedächtnis hingegen scheint kaum erkennbar. Es sei noch einmal betont, dass Freud nur auf einen bestimmten Unterbereich des Unbewussten achtete, und dass der Traum und die Assoziation dazu geeignet sind, lediglich zum verdrängten Teil *dieses* Unbewussten Zugang zu verschaffen.

Dann gibt es ein Gedächtnis für die Dinge, die man nur unterschwellig wahrgenommen hat, worauf zum Beispiel die Werbung baut, wenn sie in kurzer Zeit einen Werbespot halb wiederholt. Beim ersten Mal hat man ihn höchstens unbewusst wahrgenommen, beim zweiten Mal kommt er einem schon irgendwie bekannter vor.

Weil das Gedächtnis einen Menschen so sehr bestimmt, erleben wir seinen Verlust, etwa als Folge von Demenz, als so schrecklich. Und umgekehrt ist zu viel detaillierte Erinnerung sowohl unmöglich, als auch vielleicht tödlich.

Ist damit die frühe Tiefenpsychologie in ihrer Auffassung vom Unbewussten bestätigt? Für Freud kann man diese Frage mit Einschränkung bejahen, obwohl er wichtige Funktionen noch nicht kannte und seine Topographie von unbewusst, vorbewusst und bewusst anders aufgebaut ist als die moderne Funktionseinteilung. Adler wiederum überschätzte oder missinterpretierte das willentliche Selektieren von Gedächtnisinhalten. Erinnern und vergessen unterliegt viel stärker nicht-willentlichen, physiologischen Einflüssen. Und Jungs Vorstellung von überlieferten archaischen Gedächtnisinhalten liegt so weit außerhalb jeglicher Wissenschaft, dass sich eine Diskussion darüber erübrigt.

## Erinnern

Erinnerungen werden nicht einfach passiv nach Art eines Videorecorders abgespeichert. Wenn Eindrücke im Gedächtnis haften sollen, müssen sie zunächst analysiert werden. Das Abrufen von Erinnerungen ist ein komplizierter Prozess. Das Gedächtnis nimmt gespeicherte Informationen aus einer bestimmten Episode, ergänzt sie aber um weitere aus vielleicht ganz anderen Quellen und rekonstruiert so ein vermeintlich originalgetreues Bild. Die Tiefenpsychologie behauptet, dass dieser zufällige Prozess einen Sinn hat und dass dieser Sinn in einer Analyse oder einer Therapie rekonstruiert werden kann. Viele Indizien sprechen dafür, dass diese Vermischung von gespeicherten Informationen unwillkürlich und zufällig geschieht und ihnen nur manchmal eine bewusste Absicht zu Grunde liegt. Die Konfabulation, das Anreichern von Erinnerungsstücken mit – wie sich manchmal später herausstellt – unwillkürlich hinzugefügten Erinnerungen ist weit verbreitet. Jeder Richter wird aus Zeugenvernehmungen entsprechende Beispiele erzählen können.

Dennoch gibt es Erfahrungen und Methoden, den Wahrscheinlichkeitsgehalt von Erinnerungen abzuschätzen. Suggestive Befragungsmethoden können in einem so fragilen

System, wie es die menschliche Erinnerung ist, leicht für falsche Erinnerungen sorgen. Freud und andere fielen auf diese Tatsache herein. Einige Therapeuten mussten sich den Vorwurf gefallen lassen, bei ihren meist weiblichen Patienten umstrittene Erinnerungen an sexuellen Missbrauch bis hin zu satanischen Ritualen zu Tage gefördert zu haben. Gerade die zunächst angeblich verdrängten und dann wiedergefundenen traumatischen Erinnerungen sind stark unglaubwürdig. Eine gehörige Portion Skepsis beim Therapeuten ist angebracht.

Was würde geschehen, wenn unser Gedächtnis perfekt wäre und nichts mehr vergräße? Wir würden uns an alles erinnern, was uns begegnet, insbesondere die Situationen, die uns selbst betreffen, aber auch alle Informationen, die uns von außen erreichen. Wie lebt ein Mensch, der nichts vergessen kann? In der Amerikanerin Jill Price hat die Wissenschaft ein solches Exemplar.

Es ist furchtbar quälend und anstrengend. Die Zeit heilt keine Wunden, denn alles bleibt frisch im Gedächtnis. Es ist wie ein endloser Film, für den es keine Stoptaste gibt. Beim geringsten Auslöser stürmen Erinnerungsfetzen auf einen ein, die nicht sortiert oder zurückgedrängt werden können. Schöne und schreckliche, aber auch alle banalen Szenen jagen in wildem Durcheinander durch den Kopf. Kann man leben, wenn man nichts vergisst? Kann man verzeihen? Kommt man über Konflikte und Schicksalsschläge hinweg?

Es ist ein Segen, sich nicht exakt an die Wollenformen jedes erlebten Sommertages zu erinnern oder an die Gebilde der Gischt, die an die Ufermauer schlägt. Ungeheuer viel geht im allgemeinen Rauschen unserer ständig arbeitenden Sinnesorgane unter. Die bei vermeintlichen Skandalen oft gestellte Frage, was Politiker zu genau welchem Zeitpunkt schon hätten wissen können, ist so gesehen ziemlich sinnlos. In den Anwürfen des politi-

schen Gegners wird eine Präzision der Wahrnehmung und des Gedächtnisses unterstellt und verlangt, die die Kritiker selbst nicht besitzen. Die menschliche Erinnerung bewahrt nie mehr als ein paar Tropfen aus dem Fluss des Lebens, der Rest geht im Meer des Vergessens auf.

Es würde auch überhaupt nichts nützen, sämtliche Informationen in allen Details bewusst wahrzunehmen und zu speichern. Nicht nur wäre unser Gehirn damit völlig überfordert. Auch hätten wir damit nichts für unser tägliches Handeln gewonnen. Genauso wie ein Leser nicht sämtliche Wörter des vorangegangenen Textes in ihrer gegebenen Reihenfolge im Gedächtnis speichert (nur ganz wenige Menschen mit einem fotografischen Gedächtnis können das), wird vielmehr nur die wesentliche Bedeutung erinnert. Ein wortwörtliches Nacherzählen ist viel umständlicher als die Wiedergabe und Speicherung der wesentlichen Gedankengänge.

## Vergessen und Verdrängen

Vergessen ist menschengemäß und notwendig, indem nicht alle Dinge der Vergangenheit erinnert und nicht alle Dinge der Gegenwart aufgenommen werden können. „Denn der Mensch ist von Natur aus ein vergessendes Lebewesen“, schreibt Harald Weinrich. Vergangenheit wird eingeordnet und abgetan, frühere Erlebnisse verblassen und werden durch neue Eindrücke abgelöst. Dann ist zu berücksichtigen das Ausblenden von Teilen der Gegenwart. Offensichtlich ist das Gehirn nicht in der Lage, sämtliche Eindrücke zu verarbeiten und sämtliche Erinnerungen zu behalten; der Mensch muss in gewissem Umfange ausblenden und selektieren.

Was wird erinnert? Die Tiefenpsychologie im Allgemeinen und Alfred Adler im Speziellen behaupten, es sei willkürlich, also mehr oder weniger willentlich steuerbar, was erinnert wird. Der Mensch erinnere nur das, was zu



seinem Ich-Ideal passt. Verschiedene Befragungen deuten jedoch darauf hin, dass man seine Erinnerungen nicht „macht“, diese vielmehr oftmals in einem ungeordneten Prozess ins Bewusstsein schießen. Zu unterscheiden wären hier die Alltagserfahrung und die Extremerfahrung, beispielsweise der Umgang mit Gefahrensituationen oder Vergewaltigungen. Können Menschen jahrzehntelang verdrängen, was ihnen als Kind angetan wurde? Wie an anderer Stelle ausgeführt, werden extreme Ereignisse von den Betroffenen unterschiedlich verarbeitet. Was macht den Unterschied aus?

In einer Reihe von Untersuchungen stellte sich heraus, dass es offenbar nicht von der Schwere des dramatischen Ereignisses selbst abhängt, ob die Belastungsreaktion chronisch wird oder nicht. Vielmehr hängt die Wirkung von der betroffenen Person ab und vor allem davon, in welcher Weise das belastende Ereignis erlebt, verarbeitet und im Gedächtnis verankert wird. Bei Personen mit anhaltenden Beeinträchtigungen sind die Erinnerungen an das traumatische Ereignis auf eine charakteristische Weise gestört und verzerrt. An manche wichtigen Aspekte des Geschehens erinnerten sich die Betroffenen überhaupt nicht mehr, sie hatten eine Amnesie. Andererseits waren ihnen manche nebensächlichen Details geradezu überdeutlich präsent. Solche Erinnerungsbruchstücke drängen sich mitten im Alltag unvermittelt auf und führen zu heftigen affektiven und psychovegetativen Reaktionen, Flashbacks genannt. Harmlose Reize erinnern die Betroffenen an Ausschnitte des Geschehens. Die Betroffenen haben nur bedingt Kontrolle über diese Gedächtnisfragmente, die zeitlich nicht geordnet sind. Die Zersplitterung entsteht möglicherweise schon beim Speichern, also während des dramatischen Geschehens selbst. Offenbar sind einige Menschen in solchen Situationen nicht in der Lage, die Ereignisse wie gewohnt semantisch, also in einem sinnvollen chronologischen Zusammenhang, zu erleben und im Gedächtnis abzulegen. An die Stelle der semantischen

Verarbeitung tritt eine Speicherung des Geschehens im impliziten Gedächtnis. Auf diese implizite, unterschwellige Gedächtnisspur besteht nur ein begrenzter sprachlicher und gedanklicher Zugriff; sie wird eher von äußeren Reizen und Assoziationen aktiviert. Dieser Verlust der Kontrolle über das Gedächtnis entspricht einem Verlust der Kontrolle während des traumatischen Geschehens selbst. Einige Menschen büßen ihre Autonomie während der Tat komplett ein, sie fühlen sich als hilf- und willenloses Opfer eines unbeeinflussbaren Geschehens. Von einer Wiedererinnerung-Therapie profitieren offenbar nur jene Menschen, die während des dramatischen Ereignisses trotz aller Hilflosigkeit nicht das Gefühl verloren hatten, ein autonomer, handelnder Mensch zu sein. Obwohl in Todesangst, überlegten sie, welche Taktik sie zum Überleben anwenden könnten. Wenn jedoch die eigene Hilflosigkeit und Handlungsunfähigkeit vorherrschend war, reaktiviert eine Therapie nur das Ohnmachtsgefühl.

Erinnerung ist nur begrenzt verfügbar, das wurde schon betont. Erinnerung blitzt auf nach einer Assoziation, sei sie noch so kurz und noch so vage. Wir können das Gedächtnis ein wenig schulen durch Aufmerksamkeitstraining, Introspektion, Tagebuch schreiben, ausgeschlafen sein, Interesse und noch einiges mehr, aber das ist nichts, was man einfach anknipsen könnte.

Vergessen wird ein Name, ein Ort, eine Telefonnummer, die einem „auf der Zunge liegt“, aber jetzt nicht erinnerlich ist, einem meist aber plötzlich wenig später (manchmal im Traum) einfallen. So kann Vergessenes auch wieder einfallen, aus der Verborgenheit hervortreten, wenn das Dasein dafür wieder offen ist. Im Moment des Vergessens und der Notwendigkeit der Erinnerung besteht das deutliche Gefühl, etwas zu wissen, aber im Augenblick nicht erinnern zu können, es ist ein Wissen um Nichtwissen. Man kann sich erinnern, wenn man sich Zeit und Ort vergegenwärtigt, an dem man sich vornahm,

etwas zu behalten. Man wollte doch gerade etwas tun, was war es nur?, und geht an den Ort zurück, wo man sich das Betreffende vorgenommen hatte. Plötzlich ist die Erinnerung wieder da. Meist sind die vergessenen Dinge und Vorgänge neutral besetzt, also im Gegensatz zum Verdrängten nicht affektiv fixiert. Vieles, was wir vermeintlich vergessen haben, kommt in launischer Weise wieder zum Vorschein; scheinbar Neutrales kann auch in einem bestimmten Zusammenhang mit einem unangenehmen Ereignis stehen. Das Gewesene verblasst nicht nur, wir schieben auch manches willkürlich weg.

Eine treffsichere Unterscheidung zwischen Vergessen und Verdrängen scheint es nicht zu geben. Etwas wird vergessen, weil es erledigt und unwichtig ist, aber ebenso wird Wichtiges vergessen. Verdrängt wird, weil etwas zu wichtig und unerledigt ist (oder aufgrund der Umstände nicht erledigt werden kann), aber ebenso wird Unwichtiges verdrängt oder man möchte es durch Verdrängen erledigen. Im Vergessen liegt das Peinliche oder Unangenehme weniger häufig in den Dingen selbst, die vergessen wurden, sondern eher im Vorgang des Vergessens selbst.

So schwer es ist, bestimmte oder beliebige Erinnerungen festzuhalten und abzurufen, so schwer ist es, willentlich zu vergessen. Denken Sie zehn Minuten lang nicht an einen weißen Elefanten!

### **Das Bewusste**

Dass jeder Einzelne sich selbst bis ins Innerste verstehen sollte, ist ein Rat, einem unerreichbaren Ideal zu folgen. Was ist überhaupt ein guter Bewusstseinszustand? Gibt es Formen des subjektiven Erlebens und der Selbsterfahrung, die besser sind als andere? Am Ende geht es um die klassische Frage, was überhaupt ein gutes Leben ist. Wie könnte eine rationale, umfassende Bewusstseins- und Erinnerungskultur aussehen? Ist

sie gleichbedeutend mit der Aufforderung, die Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen? Aber wie kann man diese Aufforderung folgen, wenn doch inzwischen offensichtlich ist, dass wir Erinnern und Vergessen nicht vollständig in unserer Hand haben, und zwar aus Gründen der Neurophysiologie? Das menschliche Bewusstsein wie das Unbewusste ist leicht durch Angst, Vorurteile, Loyalitäten, Gewinnerwartungen usw. ebenso zu manipulieren wie durch Ethanol, Medikamente, Drogen und starke magnetische Felder. Erinnerungen, die falsch sind, fühlen sich genauso an wie die echten. Wann können wir uns eigentlich auf unser Gedächtnis verlassen? Diese Frage ist nicht nur vor Gericht von entscheidender Bedeutung. Unser Gedächtnis interpretiert eher, als dass es Fakten getreu wiedergibt. Das Gedächtnis schreibt das Drehbuch unseres Lebens fortwährend um, es streicht, fügt hinzu und versieht, aus dem Blickwinkel der Gegenwart heraus, längst vergangene Szenen mit neuer Bedeutung.

Der Begriff Bewusstsein hat eine wechselvolle Geschichte hinter sich, die mit einer unverhohlenen Hochachtung des Bewusstseins begann, sich mit der Demontage in der Tiefenpsychologie fortsetzte und heute in eine gemäßigte Renaissance mündet. Am meisten bewundert wurde das Bewusstsein in der Philosophie von Kant bis Hegel, die es als ein exquisites Merkmal der Menschlichkeit ansahen. Hier lag der wesentliche Unterschied zum Tier. Die rationale Wissenschaft kannte aber im Wesentlichen nur die zwei seelischen Grundfunktionen Denken und Wollen.

Den Verfechtern des Unbewussten ging es vor allem um eine Relativierung oder gar Abwertung des Bewusstseins, wie es die Aufklärer und Rationalisten verstanden. Aufklärer und Rationalisten waren überzeugt von der Möglichkeit, den Bereich des Unbewussten, den sie immer auch mit dem Irrationalen verbanden, einzuhegen und zu verkleinern. Im Gegenzug sollten Bewusstsein,

Rationalität und Wissen wachsen. Wäre es nicht hilfreich, wenn die Leidenschaften, deren verheerende Wirkung schon die griechischen Philosophen fürchteten, an die Kandare genommen werden, um Unglück und Leid zu minimieren? „Wo Es war, soll Ich werden“ – so lautet das Credo der Psychoanalyse, und die gesamte Tiefenpsychologie arbeitet darauf hin, dass der Mensch sich selber transparent wird. Im Streit mit der Bewusstseinspsychologie ging es um die Frage, ob es Unbewusstes gibt und wie stark dieses Unbewusste ist. Es war eine öffentlich ausgetragene Kontroverse. Ist das Psychische mit dem Bewusstsein gleichzusetzen oder mit dem Unbewussten? Oder muss das Psychische um das Unbewusste erweitert werden?

Das bewusste Erleben ist eine Funktion der Großhirnrinde. Allerdings gibt es kein Kern-Ich, sondern es finden sich verschiedene Zentren mit unterschiedlichen Funktionen. In der Regel unbewusst, aber dem Bewusstsein leicht zugänglich ist das Körper-Ich, das Bewusstsein von Ort und Zeit, die Ich-Perspektive (ich bin der Mittelpunkt der von mir erfahrbaren Welt), das Körperschema und das Ich als handelndes Zentrum, das Ich-Gefühl (ich nehme wahr und nicht etwa ein anderer), das Kontroll-Ich, das Ich der Zeit-Kontinuität (ich bin der, der ich gestern schon war), das Ich der Selbstreflexion mit der Fähigkeit zur Sprache und zur Symbolisierung, das ethische Ich oder Gewissen (dieses letzte Ich ist das, was Freud das Über-Ich nannte). Dieser letztgenannte, über den Augenhöhlen liegende Teil der Großhirnrinde ist derjenige Kortexteil, der am spätesten ausreift, und zwar erst zum Ende der Pubertät und damit zu einem Zeitpunkt, an dem die meisten Jugendlichen „zur Vernunft“ kommen.

Philosophisch gesehen ist Bewusstsein immer auch Selbstbewusstsein und damit Selbstreflexivität. Beides fällt nicht direkt zusammen, was daran ersichtlich ist, dass das kleine Kind Bewusstsein, aber noch kein

Selbstbewusstsein hat. Selbstreflexivität ist die Fähigkeit, alle Denkkakte auf die Gewissheit zurückzuführen, dass „ich denke“. Das war für René Descartes (1596-1650) die letzte, aber unbezweifelbare Bastion in einer Welt des Erkenntnis-Skeptizismus, der damit die neuere Philosophie begründete. Selbstbewusstsein gilt als „Höhepunkt der Evolution“ (John Eccles) und als das grundlegendste Merkmal der menschlichen Spezies. Der Preis dafür ist das Bewusstsein um die Sterblichkeit.

Selbstbewusstsein hängt eng mit Identität zusammen; indem ich denke, versichere ich mich meiner eigenen Identität und Individualität. Wo diese höhere mentale Funktion gestört ist, kommt es zu schwerwiegenden Krankheiten. Eine Erkrankung wie Multiple Persönlichkeit etwa wird zum Versuch des Gehirns, mit unterschiedlichen Situationen fertig zu werden, indem es sich für jede ein passendes Ich erschafft.

Selbstbewusstsein scheint es für das Tier nicht zu geben. Wenn der Mensch denkt, weiß er, dass er denkt. Das Selbstbewusstsein fühlt sich getrennt von der Außenwelt und den Objekten; es grenzt sich ab und ist nach Immanuel Kant doch untrennbar damit verbunden: Kein Selbstbewusstsein ist denkbar ohne gleichzeitiges Bewusstsein von der Welt. Die Grenze konstituiert das Identitätsgefühl. Wenn die Ich-Grenze durch Gewalt oder Unachtsamkeit durchbrochen wird, fühlen wir das als Identitätsbruch und Integritätsverlust.

Das Bewusstsein scheint neben der Intentionalität, des Selbstbewusstseins und des Gedächtnisses auch das Zeiterleben zu beherrschen. Daher ist in allen modernen philosophischen Anthropologien die Analyse der Zeit bedeutsam. Philosophen haben sich bemüht, das Wesen der „gelebten Zeit“ (Henri Bergson) oder der „existentiellen Zeit“ (Heidegger, Sartre, Merleau-Ponty) zu erhehlen. Zeit ist, wenn ihr Erleben nicht krankhaft entartet ist, eine (nicht unbedingt lückenlose, aber kontinuierliche) Kette ohne Erinne-

rungsbruch. Der Zeitbruch im „Filmriss“ nach Alkoholmissbrauch irritiert und erschreckt. Jeder Mensch trennt die objektive von der subjektiven Zeit. Im Allgemeinen wird in jungen Jahren die Zeit als gedehnt empfunden, während sie zum Alter hin immer schneller zu vergehen scheint, während gleichzeitig immer weniger passiert. Es wird für das Alter bedeutsam, haushälterisch mit Zeit umzugehen, die nicht mehr als unendlich angesehen werden kann. Zeit und Zeiterleben gehören zum Wesen des Bewusstseins. Aufenthalt des Menschen in der Zeit bedeutet, dass er Zukünftiges imaginieren, gegenwärtig Anwesendes wahrnehmen und Gewesenes behalten kann. Der gesunde Mensch erstreckt sich in alle Zeitdimensionen gleichzeitig.

Verblüffend ist die immense Beweglichkeit und Wendigkeit des Bewusstseins. Normalerweise ist es andauernd in lebhafter Funktion und greift über sich hinaus in die Welt. Das Fernste und das Nächste kann sich der Mensch vergegenwärtigen, ohne sich einen Millimeter im Raum zu bewegen. In der Imagination kann der Mensch Raum und Zeit spielend überwinden. Werden diese Bilder in einer Sprache ausgedrückt – Musik, Bilder oder Worte – so spricht man von künstlerischer Schöpfung. Die schöpferische Fantasie beginnt bei den Spielen der Kinder (und vieler Tiere) und endet bei den strengen und anspruchsvollen Regeln der Kreativität. Schöpferisches Vorstellungsvermögen und Fantasie können kaum gelernt werden, sie sind Gaben, für die wir nur dankbar sein können.

Wo immer Bewusstsein tätig ist, besteht ein Freiheitsspielraum. Diese Freiheit ist relativ. Die Gründe wurden oben genannt. Das Bewusstsein täuscht sich aufgrund von Verdrängen und Vergessen zwangsläufig, unabhängig von seinen Absichten. Was sich bewusstseinsmäßig durchsetzt, ist zu einem wesentlichen Teil Ergebnis unbewusster oder halbunbewusster Wünsche und Motive. „Ob-

wohl eine bewusste Aufmerksamkeit bis zu einem gewissen Grade zu erzwingen ist, sitzt doch die Anregung für die Aufmerksamkeit nicht im Bewusstsein, sondern im Interesse, und diese wieder liegt zum größten Teil in der Sphäre des Unbewussten“, mahnte Adler. Freud wies auf das begrenzte Vermögen des Bewusstseins hin, „Herr zu sein im eigenen Haus“ (Freud 1916-17). Dem Bewusstsein mangelt prinzipiell das Wissen um seine eigenen Schranken; das Zugängliche gilt unberechtigter Weise für das Ganze. Das bewusste Selbstverständnis wird für wahr gehalten. Doch so, wie man sich versteht, versteht man sich eben nicht fraglos richtig. Viele gedankliche Inhalte kommen schon entstellt im Bewusstsein an.

Bewusstsein ist ein qualitatives Kontinuum von Noch-nicht-klar-Wissen um etwas bis hin zum Sich-selbst-durchsichtig-Sein. Es gibt verschiedene Grade des Wachseins. Die Unterschiede zwischen verdrängen, verleugnen, verheimlichen, Unehrllichkeit und Lüge sind auch solche des Bewusstseinsausmaßes. Die Erreichbarkeit eines Bewusstseinsinhalts ist ein abgestufter Prozess, da zur tatsächlichen Erreichung eine von Fall zu Fall verschiedene Anstrengung erforderlich ist.

Wahrnehmung und Kognition sind ebenso wie Erwartungen und Fantasien nicht die Widerspiegelung der Realität, sondern kreative Erfindungen von Theorien über die Realität. Der Erkenntnis des Selbst sind auch erkenntnistheoretische Grenzen gesetzt. Theorien und Modellvorstellungen über die Psyche werden vom menschlichen Bewusstsein erdacht, das seinerseits Psyche ist. Und doch ist eine der Hauptbetätigungen des Bewusstseins der Aufbau einer Wahrnehmungswelt. Dazu muss die Tatsachenwelt einigermaßen genau registriert werden. Wie dargelegt, gibt es dabei vielerlei Einschränkungen zu beachten.

Darüber hinaus schafft und erkennt die Bewusstheit immer auch Werte. Werte sind ein

ideales Sein. Dieses wird zugänglich nicht durch das physische Sehen, sondern durch eine innere Schau, durch Emotionalität und spezifische Wertempfänglichkeit, in die auch die Vernunft hineinspielt. Wo immer ein Mensch mit Selbstbewusstsein existiert, werden unter der Hand Werte konstituiert, die Rangordnung und Hierarchie enthalten. Es gibt niedere, hohe und höchste Werte, die von Ort zu Ort, von Individuum zu Individuum und im Laufe der Zeit variieren. Wo das Bewusstsein durch wertschätzende Erziehung und Selbsterziehung sowie durch selbstaktivierte innere Steigerung in Selbstachtung übergeht, scheint eine Ausweitung des Werthorizontes möglich zu sein. Der Intellekt ist hierbei nur mäßig beteiligt. Wertführendes Bewusstsein bedarf einer starken gefühlsmäßigen Basis in der Persönlichkeit. Gute Gefühle sind Instrumente zum Erkennen von Werten. Während die Liebe die Werthaltigkeit der Welt vermehrt, hat der Hass die Tendenz, Werte zu vernichten. Hass und Fanatismus machen Menschen blind für das Wertvolle.

Werte und Wertrealisierung sind erstrebenswerte Zwecke und keine Mittel für etwas anderes. Uns interessieren hier besonders die moralischen Werte (obwohl es auch wirtschaftliche, ästhetische, rechtliche, religiöse Werte gibt). Nach Kant sind Werte Gebote, von denen eine Aufforderung ausgeht, verwirklicht zu werden. Werte sind keine Erkenntnis, deshalb können sie nicht wahr oder falsch, sondern nur gut oder schlecht sein. Werte gelten jeweils nur für gewisse Menschen, während Erkenntnisse allgemeingültig sind. Wertbewusstsein ist eine Aufgabe und keine Gegebenheit. Sind die biologischen Voraussetzungen gegeben, dann bedarf es einer sorgfältigen Erziehung und Sozialisation, um der Bewusstheit den genannten Freiheitsspielraum und ein Wertempfinden zu verschaffen.

Nicht nur von außen erwachsen der Bewusstheit viele Feinde und Unterdrücker; auch der Mensch selbst will gerne die Last

des verantwortlichen Selbstbewusstseins abwerfen, weil sie mit Überlegung, Verantwortung und Sublimierung verbunden ist. Es gibt im Menschen eine große Verlockung, nach Möglichkeit nur halb bewusst zu existieren. Dem dienen z.B. die vielfältigen Rauschmittel und Drogen, die überall und immer im Schwange sind. Fernsehen, Internet, Alkohol, Tranquilizer, Aufputzmittel aller Art sind so beliebt, weil sie unter Abwendung von der Wirklichkeit zumindest zeitweise für gute Gefühle sorgen und das Bewusstsein in die luftigen Sphären des Irrealen und Unverantwortlichen entführen. Eine andere Droge, die nicht übersehen werden darf, ist Aggression und Gewalt. Und nach Marx und Freud ist die Religion eine Betäubung mit einem geistigen Suchtmittel.

### Der freie Wille

Werte und Moral haben ohne freien Willen keine Bedeutung. Wären wir determiniert wie ein herabfallender Ziegelstein, könnten wir Verbrechern ihre teuflischen Taten nicht vorwerfen und Mutter Theresa nicht für ihren Einsatz loben. Die höheren geistigen Funktionen und ihre offensichtlich unterschiedliche Ausprägung in den Individuen lassen auf Freiheitsspielräume schließen. Unser Wert- und Rechtsempfinden basiert auf der Annahme eines mehr oder weniger großen Entscheidungs- und Handlungsspielraums. In der jüngeren Vergangenheit erfuhr der „freie Wille“ allerdings massive Erschütterungen vonseiten der Neurobiologie. Freier Wille ist jedoch nicht identisch mit Handlungsfreiheit. Die Freiheit kann eingeschränkt werden, beispielsweise durch eine Gefängnisstrafe, und doch bleibt der Wille prinzipiell frei. Die Konzeption eines freien Willens schränkt logisch die Annahme eines Determinismus ein. Determinismus bedeutet, dass das Andere notwendig aus dem Einen hervorgeht. Schon der Augenschein der menschlichen Wirklichkeit spricht dagegen. Offensichtlich haben wir immer wieder Gelegenheit, so oder auch anders zu handeln, d.h. so

oder anders zu wollen und zu entscheiden, bestimmte Handlungen oder Nichthandlungen vorzunehmen. Nicht zu entscheiden und nicht zu handeln ist eine Entscheidung und eine Handlung.

Wille ist eine Frage der Absicht. Viele unserer Absichten sind uns nicht bekannt; sie werden in großem Umfang unbewusst abgelagert. Für den freien Willen spricht zunächst das Erfahrungsargument. Ich erfahre mich so, dass ich ein Wollen und eine Entscheidung in mir trage und dass ich es bin, der will und entscheidet. Die Wahl wird von mir bestimmt (außer in Halluzinationen, aber die Pathologie soll an dieser Stelle keine Rolle spielen), auch wenn meine Wahl anderen als wahllos erscheint. Wir kritisieren eine Wahl oder eine (politische) Entscheidung als „willkürlich“, dabei ist die Kritik das höchste denkbare Lob: Da hat jemand nach seinem freien Willen entschieden. Beneidenswert! Der freie Wille ist in bestimmtem Umfang unvorherbestimmbar. Zugleich schätzen wir es, wenn die Mitmenschen berechenbar bleiben.

Georg Boeree (2007) meint, die Frage nach Determinismus und freiem Willen sei falsch gestellt. Beide Positionen hätten Mühe, stichhaltige Beweise vorzulegen, wenn sie von einem Entweder-Oder ausgehen. Die Entweder-Oder-Haltung müsse aber nicht eingenommen werden (erneut ein Beweis für den freien Willen). Bei freiem Willen könne es nicht darum gehen, die Naturgesetze zu ignorieren, und ein Determinismus sei unhaltbar, der behauptet, alles sei vorhersehbar.

Wir brauchen ein neues Konzept, welches den Menschen in seiner materiell-biologisch-seelisch-geistigen Einheit wahrnimmt. Wir

kommen als hilfloses Kleinkind mit einer Grundausrüstung an Reaktionsweisen, Bedürfnissen und Antrieben auf die Welt. Von da an kumulieren wir in fortwährender Interaktion mit der Welt enorme Mengen an Erfahrungen und Wissen. Materiell-biologische Grundbedingungen und bewusste Selbsterfahrungserlebnisse mischen sich. Beides macht uns zu dem, was wir sind. Mein Wille und meine Reaktionen hängen von allem ab. Die Antwort ist also ein Sowohl-als-auch. Wenn wir eine begrenzte Freiheit besitzen, besitzen wir auch eine begrenzte Verantwortung. Die juristische Tradition fragt, ob jemand in der Lage ist, richtig und falsch zu unterscheiden und ob die Person die Reife hat, sich für das Richtige zu entscheiden.

Die Begrenzung ist es, die beachtet werden muss. Es ist genau diese Begrenzung, die auch Wirkung und Einfluss der Psychotherapie limitiert. Der Mensch lässt sich nur in Grenzen beeinflussen und therapieren. Wie die Juristen müssten sich Therapeuten fragen, ob ihr Patient kognitiv in der Lage ist, richtig und falsch zu unterscheiden.

Ein letztes Argument für den freien Willen ist die Kreativität. Sie mixt bisher Getrenntes und schafft damit etwas Neues. Wenn alles in vorherbestimmbaren Bahnen läuft, wäre die Überraschung der Kreativität nicht möglich. Wir können etwas Wirkliches ignorieren und etwas Unwirkliches imaginieren. Wir sind von äußeren und inneren Gegebenheiten beeinflusst, aber nicht vollständig determiniert. Tiefenpsychologie und ihre Therapie haben die Aufgabe, uns den kleinen, uns gegebenen Freiheitsspielraum zu vergegenwärtigen und ihn so weit als möglich zu erweitern.

## 14. Traumdeutung

---

### Antike Vorstellungen

Für Sigmund Freud war der (latente) Trauminhalt der Königsweg ins Unbewusste. Schon in den Jahrtausenden vorher spielten Träume eine mal persönliche, mal politische Rolle. Wie alle psychischen Phänomene haben auch der Traum und die Vorstellung vom Traum während der geschichtlichen Entwicklung einen vielfältigen Bedeutungswandel durchgemacht. Die ganz alten Auffassungen gehen dahin, dass Götter oder Dämonen die Träume verursachen, wobei Götter die guten Träume machen, während die Dämonen die bösen Träume schicken, die uns warnen oder vielleicht sogar vernichten sollen. Die Grundauffassung dabei war, dass die Träume von außen kommen.

Eine zweite Anschauung betrachtete den Traum als Ergebnis einer Seelenwanderung des Nachts, wobei ein gefährlicher Zustand entsteht, wenn der Träumer noch vor Ende des Traumes geweckt wird, weil seine Seele nun nicht genug Zeit hat, zurückzukehren. Der Traumdeuter hat die Aufgabe, die Seele oder einen Teil davon wiederzufinden und in den Körper zurückzubringen.

Frühe Kulturen kannten den „großen“ Traum von kultureller Bedeutung, geträumt und verkündet von hochstehenden Persönlichkeiten des jeweiligen Kollektivs, verbunden mit einem überwältigenden Gefühl von Ehrfurcht, Schauer und Faszination. Sie waren beeindruckend, weil Schamane und Medizinmänner nach allgemeiner Überzeugung Zugang zu übernatürlichem Wissen haben. Man wartete auf diese Träume vor großen Ereignissen. Die Stämme ließen sich bei allen wichtigen Entscheidungen des Lebens davon leiten. Träume wurden für reale Erfahrungen gehalten.

In den frühen antiken Kulturen erhoffte man sich in erster Linie rettende Warnungen vor künftigen Ereignissen. Die Ägypter versuchten künstliche Erzeugung von Träumen in besonderen Situationen, zum Beispiel bei einer Krankheit zum Zwecke der Heilung. Serapis war der ägyptische Gott des Traumes, dem etliche Tempel überall im Land geweiht waren (sie hießen Serapium). Traumsymbole wurden auf eine direkte Art gedeutet, beispielsweise, wenn jemand von der Entblößung seines Hinterteils träumte, bedeutete dies, dass er seine Eltern verlieren werde. Das Trinken von Wasser deutete auf ein langes Leben hin. Wenn ein Kranker vom Sterben träumte, war dies keine Warnung vor dem Sterben, sondern bedeutete, dass er wieder gesund wird. Die Verkehrung ins Gegenteil, von der Freud im 19. Jahrhundert spricht, war offenbar damals schon bekannt und machte die Traumsymbolik und ihre Deutung im Grunde zu einem Glücksspiel. Viel Zeit wurde damit verbracht, wahre Träume von falschen und böse von guten zu unterscheiden. Homers Unterscheidung, wahre Träume kämen durch die „Pforte aus Horn“ und falsche Träume durch die „Pforte aus Elfenbein“, hängt mit einem griechischen Wortspiel zusammen, wie überhaupt Traumdeutung oft mit der Verschiebung innerhalb von Wortspielen zu tun haben (wie bei dem entblößten Hinterteil), so dass uns die Deutungen von Träumen aus alten Sprachen heute kaum noch verständlich sind.

Der griechische Arzt Hippokrates (460–377 v. Chr.) versuchte aus Träumen den bevorstehenden Ausbruch seelischer oder körperlicher Erkrankungen zu prognostizieren, beispielsweise wenn er meinte, dass der Traum von Quellen oder Flüssen auf drohende urogenitale Probleme hinweise. Träume spielten aber nicht nur für die Gesundheit eine Rolle,

sondern auch bei den Fragen der besten Zeit zum Säen und Ernten, für Reisen und andere Unternehmungen. Die Menschen suchten überall nach Hinweisen in einer Zeit, als es noch keine Armbanduhren, Kompass, Karten und Wetterberichte gab. Modern muten Platos Gedanken zum Traum an, wenn er schreibt, dass wir im Schlaf Dinge tun, die wir in der Realität aus Scham unterlassen würden. „Der Tugendhafte begnügt sich, von dem zu träumen, was der Böse im Leben tut.“

Eine verlässliche Traumdeutung gab es schon damals nicht. Das erlebte Xerxes, als er seine Armee in den Untergang führte, nachdem er aufgrund seiner Träume zu der Überzeugung gelangt war, dass ein Angriff auf Griechenland ihm den Sieg bringen würde. Einer der berühmtesten prophetischen Träume wird von Cicero erzählt: „Der Dichter Simonides, der einst den Leichnam irgendeines Unbekannten unbeachtet am Straßenrande getroffen und für seine anständige Bestattung gesorgt hatte, wurde, als er später eine Schiffsreise unternehmen wollte, von dem dankbaren Toten im Traume gewarnt: wenn er führe, würde er durch Schiffbruch umkommen. Er fuhr nicht und alle, die fuhren, kamen um.“ Es wird berichtet, dass dieses Ereignis im Zusammenhang mit dem Traum auf Jahrhunderte hinaus ungeheures Aufsehen erregte und einen tiefen Eindruck auf die Menschen machte.

Calpurnias Traum von der Ermordung Cäsars blieb hingegen unbeachtet (Calpurnia war Cäsars Gattin). Wenn von einem bevorstehenden Tod geträumt wurde, beispielsweise Lincolns eigener Tod wenige Tage vor dem Attentat, oder Bischof Lanyi in der Nacht vor der Ermordung Erzherzogs Franz-Ferdinand, so kann der Tod oder der Mord dann doch nicht verhindert werden, so dass sich die Frage nach dem Sinn eines solchen prophetischen Traumes stellt. Wir wissen auch nichts über die vielen Träume, die einen Tod prognostizieren, ohne dass dieser eingetreten ist,

denn der Träumende wird sich nicht der Lächerlichkeit preisgeben wollen.

Bodenständiger ist Aristoteles' Theorie, wonach im Traum Gedanken auftauchen, an denen sich der Träumer dann am nächsten Tag oder in der Zukunft orientiert. Das erinnert an Alfred Adler und dessen These von der teleologischen und in die Zukunft gerichteten Funktion des Traums. Aber mit prophetischen Träumen ist es wie mit Gesundheitsbetreuer: Ein Erfolg wiegt tausend Fehlschläge auf. Es ist statistisch gesehen nicht verwunderlich, dass bei einigen eine Übereinstimmung mit späteren Ereignissen auftritt. Ein berühmtes Beispiel ist Josefs Deutung, der Traum des Pharaos von sieben fetten und sieben mageren Kühen bedeute, dass auf sieben gute Jahre sieben Hungerjahre folgen würden. Der bekannteste Traumdeuter des Talmud ist Hista, der sagte, ein nicht gedeuteter Traum sei wie ein ungelesener Brief.

Die moderne Auffassung vom Traum wurde von Heraklit (550–480 v. Chr.) begründet. Er war der Erste, der Träume als gewöhnliche Erscheinung des schlafenden Geistes auffasste und sich von dem Götter- und Dämonenglauben befreite. Seines Erachtens war das wache Bewusstsein für den Menschen wichtiger als seine Träume und genau dies ist heute auch die Auffassung der Mehrheit der gebildeten Menschen in der westlichen Welt. Nach heutiger Überzeugung sind Träume natürliche Phänomene, ein Ergebnis der normalen Hirntätigkeit im Schlaf, wenngleich diese Tätigkeit nicht so gerichtet und geordnet ist wie unter dem Einfluss eines wachen und disziplinierten Willens. Gegenwärtig besteht aber kein Konsens darüber, ob Träume etwas bedeuten und ob man ihre Bedeutung herausfinden kann. Vielleicht werden wir die Bedeutung der Träume niemals ergründen können.



## Freuds Traumdeutung

Indem die Romantiker die Träume so stark betonten, bereiteten sie den Boden vor für das Unbewusste, auf dem dann Freud, Adler und Jung ihre Systeme aufbauten. Das gesamte letzte Jahrzehnt des 18. Jahrhunderts hindurch beschäftigten Freud die Inhalte von Träumen und deren Entstehung, was 1900 in die Veröffentlichung der *Traumdeutung* mündete. Freud glaubte, nachdem er den Traum von Irmas Injektion 1895 geträumt hatte, dass Träume die Erfüllung eines verborgenen Wunsches enthielten, ohne zu bemerken, dass er sich damit selbst einen Wunsch erfüllte. Er war sich sicher, damit das Rätsel des Traumes gelöst und eine Entdeckung von epochaler Bedeutung gemacht zu haben.

Das Verfahren der Traumdeutung war die aus der psychoanalytischen Therapie bekannte „freie Assoziation“ des Patienten einerseits und die Deutung aufgrund von Vorannahmen des Therapeuten andererseits. Im Prinzip übertrug Freud seine Vorstellungen von der psychopathologischen Genese auf das Traumgeschehen: Gefühle und verschüttete Erlebnisse, die als (potenziell) bedrohlich oder gefährlich empfunden werden, werden aus Selbstschutzgründen aus dem Bewusstsein verbannt, können aber, da sie als unbewusstes dynamisches Potenzial fortwirken, sich in Symptomen manifestieren – und, wie Freud zu erkennen glaubte, auch in Träumen. »Der Traum ist also eine Psychose, mit allen Ungereimtheiten, Wahnbildungen, Sinnestäuschungen einer solchen.«

Der Traum aller Träume ist der von „Irmas Injektion“. Freud hatte 1895 eine junge Witwe psychoanalytisch behandelt, mit mäßigem Erfolg. Er hatte der Patientin eine Lösung für ihre Probleme vorgeschlagen, die ihr nicht annehmbar erschien. Freud träumte nun, er treffe Irma und einige Mediziner-Freunde. Er musste feststellen, dass es Irma schlecht geht, weil ein Freund namens Otto ihr eine Injektion mit einer unreinen Spritze

und einem falschen Medikament gegeben hatte.

Warum ist dieser Traum eine verkappte Wunscherfüllung? Weil er Freud scheinbar bestätigte, dass nicht er, sondern „Otto“ an Irmas Unwohlsein Schuld trägt. Das Motiv des Traums ist also der Wunsch, Freud möge nicht schuld an Irmas Fehlbehandlung sein. Das ist das Ergebnis von gedanklichen Assoziationen, die in der *Traumdeutung* fast zehn Seiten einnehmen. Freud umging dabei die Frage, welchen Anteil dabei verborgene sexuelle Wünsche haben, obwohl er doch für die Entstehung neurotischer Symptome die sexuellen Triebe für entscheidend ansah. Obwohl Freud diesem Traum so viele Seiten widmet, wirft seine Deutung mehr Fragen auf, als sie beantwortet. Vor allem beantwortet er nicht die Frage, was sein *latenter* Traum sei. Tatsächlich bemerkt der aufmerksame Leser der *Traumdeutung* einen diskreten Schleier über den potenziell sexuellen Wünschen Freuds. Es ist auffallend, dass er die Spritze nicht als Sexuelsymbol auffasst und den geöffneten Mund Irmas nicht als Vagina.

Freuds Traumtheorie beinhaltet folgende Grundaussagen: Hinter jedem manifesten Traum steht ein latenter (verborgener) Trauminhalt. Der latente Traum beinhaltet *immer* anstößige sexuelle Vorstellungen, *alle* manifesten Träume sind Entstellungen dieser verdrängten Wünsche. Ein hellwacher „Zensor“ verschlüsselt des Nachts den latenten (wahrhaftigen) sexuellen Trauminhalt und der Träumer erinnert sich beim Aufwachen nur an den manifesten (vordergründigen) Traum. Der manifeste Trauminhalt hängt stets sowohl mit den Ereignissen des letzten Tages („Tagesrest“) wie mit Erinnerungen und Wünschen aus der Kindheit zusammen. Konkrete Gegenstände im Traum drücken immer sexuelle Gedanken, Konflikte oder Wünsche aus, d.h. sie sind Symbole. „Der Traum ist der Hüter des Schlafs“, d.h. äußere Störungen (Glockenläuten) werden in den manifesten Trauminhalt integriert, damit der

Schläfer weiterträumen kann. Und schließlich: In der freien Assoziation auf der Analytiker-Couch vollzieht der Patient seine zensurierenden Verschiebungen, die zum manifesten Trauminhalt führen, eins zu eins nach.

Um vom latenten Trauminhalt abzulenken und den manifesten Trauminhalt vorzuschieben, bedient sich der Zensor einiger Tricks, die Freud ausführlich beschrieb: der *Verschiebung* (ein potenziell beunruhigender Gedanke wird in ein verwandtes, aber weniger beunruhigendes Bild verwandelt), der *Verdichtung* (mehrere Gedanken werden zu einem Bild zusammengefügt, beispielsweise mehrerer Personen in einer Person), der *Verkehrung ins Gegenteil*, der Darstellung durch *Symbole* (ein neutrales Bild wird zur Darstellung eines potentiell beunruhigenden, meist sexuellen Gedankens verwendet) und der Verwandlung von Worten in Bildern. Insbesondere der Sexuelsymbolik wurde von Freud und seinen Epigonen viel Platz eingeräumt. Jeder spitze Gegenstand erinnerte an einen Penis, jede Höhle an eine Vagina.

Freud behauptete, dass *jeder* Trauminhalt als Wunscherfüllung zu gelten habe. Die These von der Ubiquität der Wunscherfüllung beziehe sich nicht auf den manifesten Traum, sondern auf den *latenten* Trauminhalt. Vorausgesetzt wird, dass in jedem latenten Traumgedanken ein Wunsch enthalten ist, und dass dieser Wunsch anstößig und verboten ist. Andere Inhalte sind bei Freud nicht vorgesehen. Ferner: „Der Wunsch, welcher sich im Traum darstellt, muss ein infantiler sein“. Der in infantiler Zeit geprägte Wunsch sei der Motor der Traumbildung. Das kann in Freuds Theorie nur bedeuten, dass der kleine Junge seine Mutter (sexuell) besitzen und seine Vater beseitigen will. Neuere und aktuelle Wünsche sind nicht vorgesehen. Dieser Wunsch wird verdrängt ins Unbewusste. Wenn dieser Wunsch, der offenbar nie untergeht oder sich abschwächt, während des gegenwärtigen Tages durch irgendeine Assoziation angeregt wird, bilde der Zensor des

Nachts den manifesten Traumgedanken, um den Wunsch, den Vater zu ermorden und die Mutter sexuell zu besitzen, nicht ins Schlafbewusstsein dringen zu lassen. Freud, wie gesagt, belegte diese Hypothese mit seinem berühmtesten Traumbeispiel nicht.

Was ist mit den Angstträumen und Wiederholungsträumen von traumatischen Ereignissen (beispielsweise aus dem Krieg), die doch wohl nicht einen Wunsch des Schläfers ausdrücken? Freud erklärte sie zunächst zur Ausnahme von der Wunscherfüllungsregel. Aber er verwechselte latenten und manifesten Traum. Angstträume sind manifeste, erinnerte Träume. Die im konkreten Traumbild auftretenden Angstträume erklärte Freud mit einem Selbstbestrafungsbedürfnis des Träumenden. Warum das Strafbedürfnis so klar zu Tage tritt, andere Wünsche jedoch nicht, kann Freud nicht erklären. Und den latenten Inhalt von Albträumen berücksichtigte er auch nicht.

### Kritik an der Freud'schen Traumdeutung

In der kategorischen Form, wie Freud seine Behauptungen aufstellt, sind sie natürlich nicht haltbar. Freuds Laster als Theoretiker sind Dogmatismus und zu weit gehende Verallgemeinerungen. Freud selbst geht auf einige Einwände ein und bedient sich dabei seines Hauptarguments, dass dem manifesten Trauminhalt immer ein latenter (das heißt wahrer oder richtiger) Trauminhalt zugrunde liegt, den es zu eruieren gelte. Das definitive Vorhandensein eines (sexuellen) Trauminhalts hinter dem (harmlosen) erinnerten Traum aber ist gerade, was Freud nicht beweisen konnte.

Wenn also nichts Sexuelles im manifesten Trauminhalt auftauche, so bedeute das rein gar nichts, da der latente Trauminhalt immer auf Sexuelles hinweist. Wenn der Patient Träume träumt, die *keine* Wunscherfüllung beinhalten, so bedeutet das nach Freud, dass

der Patient im Widerstand gegen ihn, den Therapeuten, ist. Der Traum, der keine Wunscherfüllung beinhaltet, beinhalte ja den Wunsch, die Theorie Freuds zu widerlegen! So steht es in einem Zusatz von 1909 zur Traumdeutung. Oder aber: Wenn ein Traum keine Wunscherfüllung zeigt, dann ist diese scheinbare Ausnahme nur ein Beispiel für jene Fälle, in denen dem Traum die Erfüllung seiner (als definitiv vorausgesetzten) Funktion misslingt. Derartige Träume blamieren sich einfach nur vor Freuds Traumdeutung.

Auf diese Art und Weise kommt erstens bei der Traumdeutung à la Freud nie mehr heraus, als was nach seiner Theorie im Traum drin stecken darf. Diese Auffassung kann der fast schrankenlosen Freiheit des Traumlebens nicht gerecht werden. Zweitens kann man aus einer Auseinandersetzung mit Freud niemals als Sieger hervorgehen. Wer seiner Theorie nicht folgen wollte, dem unterstellte Freud Vermeidung, Verdrängung und Verleugnung der Wahrheit. Freud wollte immer Recht behalten. Natürlich hatte Freud in manchem Recht, aber mit Sicherheit hatte er nicht immer Recht.

Zwei entscheidende Punkte der Freud'schen Traumdeutung müssen noch besprochen werden. Freud sagte, der „wahre“ Inhalt erschließe sich über die freie Assoziation *während der Therapiestunde*, d.h. der Patient reproduziere in der auf die Traumnacht folgenden Therapiestunde *genau jene* Assoziationen, die unweigerlich zum „wahren“ sexuellen Inhalt des Traumes führen. Doch ist unklar, warum der Zensor, der im Schlaf die sexuellen Wunscherfüllungsfantasien in harmlose Bilder verwandelt, im Wachsein der freien Assoziation weniger aufmerksam sein sollte. Das führt zu mehreren Möglichkeiten: Entweder die freie Assoziation verhüllt und verschleiert ebenso, wie es der Zensor angeblich im Schlaf tut, oder die Assoziation ist wahrhaftig und so ist auch der Traum; die Annahme eines Zensors ist überflüssig. Zudem ist kaum anzunehmen, dass im Wachzustand genau jene Assoziationen

reproduziert werden, die der Traumzensor im Schlaf verhinderte. Assoziationen hangeln sich von Punkt zu Punkt. Bei nur einem Traumsymbol ergeben sich in einer ersten Assoziationsstufe vielleicht zwei Assoziationsinhalte, in der zweiten Stufe vier und in der dritten acht usw. Bei mehreren einzelnen Traumsymbolen vervielfältigen sich die Assoziationspunkte theoretisch ins Unendliche. In dieser Vielfalt genau jene Assoziationsstränge zu reproduzieren, die im unbewussten Schlaf walteten, ist mehr als unwahrscheinlich – es wird einfach nicht passieren. Freud brachte auch kein Beispiel dafür.

Die damalige Fachwelt reagierte auf die *Traumdeutung* überwiegend negativ. William Stern, ein junger Professor für Psychologie in Breslau, äußerte ein ziemlich vernichtendes Urteil über das Buch. Stern, der später bekannt werden sollte, hielt das Buch für interessant, insbesondere die Traumbeispiele seien nützlich, aber Freuds Theorie müsse abgelehnt werden. Stern sagte, Freud wünsche sich bestimmte Träume vom Patienten und beeinflusse sie in seine Richtung. Es sei nicht „die geringste Veranlassung dafür vorhanden, in den Wachfantasien eine Wiederholung der Traumarbeit zu sehen“.

Die Thesen vom latenten Traumgedanken, der Bearbeitung und Entschärfung durch eine Traumzensur und dem Traumgedächtnis zugängliche manifeste Trauminhalt wird von der neueren Traumforschung nicht bestätigt. Heute wird angenommen, dass das Gehirn ständig in Aktion ist, auch in allen Schlafphasen, und dass aus diesem Gedankenstrom mehr oder weniger zufällig einige Elemente herausgenommen werden, die nur in bestimmten Schlafphasen in eine Art Vorgeächtnis gelangen, woraus im Wachzustand eine Traumerzählung gemacht werden kann. Die Annahme, dass die strukturierende Zensurinstanz des Wachbewusstseins im Schlaf ausgeschaltet ist, reicht aus, um die Zufälligkeit der erinnerten Traumhalte zu erklären. Heute würde auch niemand mehr behaupten

ten, der Traum sei eine Psychose, ein Wahn oder eine Sinnestäuschung.

Vielleicht ist Freuds größter Denkfehler überhaupt der, dass Träume einen Sinn haben müssen. Dies knüpft an alte Traditionen und den Volksglauben an. Andererseits weiß der Volksglaube auch, dass Träume „Schäume“ sind. Natürlich ist auch dieses Abtun von Träumen wissenschaftlich nicht haltbar, der Volksglaube ist kein Gegenbeweis für Freuds Traumtheorie. Träume haben keinen Sinn, möglicherweise haben sie einen Zweck, über den es aber bisher nur Hypothesen gibt. In Träume kann Sinn hineingelegt werden, wenn man es will, aber diese Sinnggebung hat keinen wissenschaftlichen Wahrheitsgehalt.

Aus Freuds Unlogik kann keine Wahrheit entstehen. Und tatsächlich lässt sich Freuds Wunscherfüllungstheorie im Experiment nicht bestätigen. Man hat Menschen hungrig, durstig oder mit Harndrang ins Bett gehen lassen in der Hoffnung, sie würden sich im Traum ihre harmlosen, weil nichtsexuellen Wünsche nach Nahrung oder Toilettgehen erfüllen. Nichts dergleichen geschah. Schläfer mit voller Blase gaben im Traum nicht dem Impuls zum Urinieren nach. Weil Träume kein Tummelplatz für verkleidete Sexualwünsche sind, ist es auch unsinnig, sie nach allgemein gültigen Symbolen zu durchsuchen, deren Sinn sich in Büchern nachschlagen ließe (obwohl Dutzende solcher Bücher auf dem Markt sind).

Die Beschäftigung mit den verschiedenen analytischen Ansätzen zur Traumdeutung gipfelt in der resignierten Feststellung, die Literatur enthalte im Grunde nichts als eine Vielfalt von Spekulationen, von denen keine einzige es verdient, der anderen vorgezogen zu werden. Ganz besonders die psychoanalytische Traumdeutung kann keinen Vorrang vor anderen Überlegungen beanspruchen. Mitglieder der American Academy of Psychoanalysis hatten sich fünf Jahre lang immer wieder zu Traumsymposien zusammenge-

funden. Die Berichterstatter kamen zu dem Ergebnis, dass die teilnehmenden Psychoanalytiker aus ein und demselben Traum ganz verschiedene Deutungen ableiteten und erstaunliche Schwierigkeiten hatten, sich untereinander zu verständigen. Wenn man sich in fünfjähriger gemeinsamer Arbeit nicht auf nennenswerte Übereinstimmungen in den Deutungen ein und desselben Traumbildes einigen kann, dann muss an diesem Traumverständnis fundamental etwas falsch sein, meint Wyss.

Und auch die Psychoanalyse hat sich ja mächtig bewegt, weg vom Aufspüren angeblich verdrängter Kinderwünsche hin zum Auffinden von aktuellen Konflikten und Problemen, die den Patienten in der Gegenwart beschäftigen. Nachdem es sich als unmöglich herausstellte, verdrängte sexuelle Kinderwünsche zu finden, begann die Suche nach aktuellen inneren Konflikten. Diese werden natürlich auch immer gefunden, denn welches individuelle Leben wäre konfliktfrei?

Heute fahndet die Psychoanalyse also nach für den Träumenden bedeutsamen *Konflikten*. Zugleich wird z.B. von Joseph Sandler die alte Triebwuschtheorie modernisiert, indem die gesamte Breite von Wünschen einschließlich solcher, die zur Erhaltung der Selbstachtungs- und Sicherheitsgefühle benötigt werden, in Träumen auffindbar ist. Da jeder Mensch irgendeinen Wunsch hat, wird der Psychoanalytiker unweigerlich immer fündig. Wer hätte nicht den Wunsch, sich am Leben zu erhalten, einen Lottogewinn zu machen oder nach einem größeren Auto? Oder schlicht den Wunsch, irgendetwas Neues kennenzulernen, zu reisen, gut zu speisen, nach Versöhnung, Einsamkeit oder sozialen Kontakt. Freuds Traumtheorie wurde immer mehr verwässert und in ihrem Kern als hinfällig betrachtet.

## Carl Gustav Jung

Ein zweiter Tiefenpsychologe, der sich ausgreifend mit Traumdeutung beschäftigte, war der Schweizer Carl Gustav Jung (1875-1961). Jungs Zusammenarbeit mit Freud dauerte von 1907 bis 1913. Beide waren sich vollkommen darüber einig, dass unbewusste Vorgänge für Neurosen und bei der Entstehung von Träumen eine entscheidende Rolle spielen. Im Unterschied zu Freud, der vom individuellen Unbewussten sprach, fügte Jung den Begriff des kollektiven Unbewussten hinzu. Er glaubte, dass archaische Relikte, die er zunächst Urbilder und später Archetypen nannte, im Leben des Menschen (beziehungsweise in seinem Gehirn) schlummern und in Träumen zum Vorschein kommen. Die Vorstellung, dass konkrete Gedankeninhalte vererbt werden, geht auf Lamarck zurück und wird heute nicht mehr vertreten. Wie Freud sich durch das Postulat eines latenten Traum inhalts die manifesten Träume in seinem Sinne hinbog, so verfuhr auch Jung. Sein Haus-Traum im Sommer 1909 diente ihm als Beleg dafür, dass tief unten im psychischen Keller das kollektive Unbewusste lagert. Im Gegensatz zu Freud postulierte Jung, der Traum sei die spontane und die am wenigsten durch Vernunft und Gefühle zensierte Manifestation des Unbewussten. Ein Zensor existiert in der Jung'schen Traumtheorie nicht. Die Abweichungen der Traumtheorien der beiden Pioniere der Tiefenpsychologie sind ein Beleg dafür, wie willkürlich Traumdeutung gerade von großen Geistern gehandhabt wurde.

Der Vorteil von Jungs Sicht auf Träume ist, dass er betonte, Symbole würden nicht mehr umfassen, als über sie ausgesagt werden könne. Freuds Traumdeutung und Sexualsymbolik sei fragwürdig; der manifeste Traum ist der manifeste Traum, ein Messer ist ein Messer (und kein Penis). Man müsse nicht krampfhaft Dahinterliegendes suchen. Es gibt viele verschiedene Motive für Träume und oft lässt sich nichts Sexuelles entdecken, genauso, wie es durchaus manifest sexuelle

oder aggressive Träume gibt. Jung berichtete 1913 auf einem Vortrag in London den Traum eines neurotischen jungen Mannes: „Ich ging mit meiner Mutter und meine Schwester eine Treppe hinauf. Als wir oben ankamen, wurde mir gesagt, meine Schwester werde bald ein Kind bekommen.“ Nach der orthodoxen *psychoanalytischen* Auffassung war dies ein typischer inzestuöser Traum; die Treppe ist ein Symbol für den Geschlechtsakt. Woher nehmen die Psychoanalytiker aber dann das Recht, fragte Jung, die Mutter, die Schwester und das Kind als konkret, das heißt, *nicht* als symbolisch anzusehen? Der junge Mann hatte tatsächlich Schuldgefühle, weil er sein Studium beendet, aber noch keinen Beruf gefunden hatte. Im Lichte dieser aktuellen Lebenssituation hielt Jung den Traum für einen Aufruf, die Pflichten zu erfüllen, die der junge Mann bisher vernachlässigt hatte.

Jungs Träume sind konkret und bildlich, aber auch hier gibt es keinerlei Beweis dafür, dass er sie in dieser Form geträumt hat. Wie sollte man auch? Sie sind in sich geschlossene Geschichten und erinnern an Märchen und Mythen, und genau das war es, was Jung für die Träume beweisen wollte. Sie seien Märchen und Mythen aus uralter Zeit. Und was die Symbolik betrifft, so täuschte sich Jung selbst. Auch seine Traumtheorie ist voller Symbole, die für etwas anderes stehen. In seinem Haus-Traum symbolisieren die Stockwerke den schichtweisen Aufbau der Seele. In anderen Traumdeutungen aus der Jung'schen Schule stehen das Haus und seine Räume für den „Körper“, und zwar „auf der ganzen Welt“. Auch hier darf sich der Leser wieder aussuchen, wem er folgen möchte.

Jung nannte die in allen Menschen aller Epochen und aller Kulturen gleichen Reste uralten Menschentums die Archetypen bzw. Urbilder. Um nicht den Vorwurf des Lamarckismus ausgesetzt zu werden, präzisierete er 1946, dass die Disposition zu bestimmten Bildern oder einer bestimmten Erfahrung mit den Archetypen gegeben ist, nicht die

Erfahrung selbst. Dieser Schritt half Jung jedoch nicht wirklich aus der Verlegenheit. Seine eigenen Träume beruhen größtenteils nicht auf „vorsintflutlichen“ Erfahrungen, sondern ziehen das Mittelalter heran und beruhen ganz offensichtlich auf einer starken Vorliebe für die Figuren in Richard Wagners Opern, ein Kulturgut, das schlecht für die gesamte Menschheit reklamiert werden kann. Nicht zeitgebundene Bilder wie Einsamkeit, Tagesanbruch, Aufstieg und Abstieg, die Sonne, Flucht, Ekel, Reue, Angst vor Entdeckung und Schuldgefühle beispielsweise sind auch Erfahrungen des konkreten menschlichen Lebens der Gegenwart, und es gibt keinen Beweis dafür, dass sie unbewusst aus den niederen Gehirnschichten, wo sie urzeitlich abgelagert sein sollen, aufsteigen.

Es bleibt letztlich unklar, ob ein Archetyp ein angeborenes Verhaltensrepertoire ist (das beispielsweise in der Interaktion zwischen Mutter und Kind zum Tragen kommt) oder konkrete Bilder beispielsweise von Gott ausdrücken sollen. In der Tat gibt es einige Bewegungen der Körpersprache, der Gesten und der Mimik, die in allen Kulturen so gut wie das Gleiche ausdrücken (und es gibt gleiche Bewegungen, die Anderes oder Gegenteiliges ausdrücken). Jung übersah, dass sich dies auf vier oder fünf Ausdrücke beschränkt und dass diese keine archetypischen Ursprünge haben, sondern vermutlich eine genetische Verankerung (lächeln oder lachen z.B.). Zum anderen versteht er unter Archetypen typische Figuren, die in Mythen vorkommen und die universell seien, zum Beispiel drachenähnliche Monstren, Fabelwesen, die halb Mensch halb Tier sind, blendend helle Lichtstrahlen, geometrische Formen wie Mandalas usw. Aber all dies kann man auch mit der kulturellen Überlieferung erklären.

In einer jungianischen Behandlung ist es üblich, einen Traum in vier Stufen zu analysieren. Zunächst rekapitulierte man den Traum und seine Atmosphäre, um seinen

Eindruck auf das Bewusstsein zu verstärken. Dann versucht man, eine Verbindung zwischen dem Trauminhalt und dem Alltagsleben des Träumers herzustellen (aber nicht nur auf den vergangenen Tag bezogen). Als nächstes muss der kulturelle Kontext geklärt werden, denn der Trauminhalt hat immer mit dem Milieu und der Zeit zu tun, in welchem der Träumer lebt. Schließlich wird der archetypische Gehalt erforscht und damit der Traum in den Kontext des menschlichen Lebens insgesamt gestellt.

Freud wie Jung (und ebenso Adler) haben ihre Traumdeutungen ganz auf ihre Theorie und ihr Leben zugeschnitten, und so verwundert es nicht, dass Jung, der sich tief auf Theologie und romantischen Idealismus eingelassen hatte, gern von Rittern des 12. Jahrhunderts, von Abenteuern bei der Suche nach dem Heiligen Gral und von Alchemie träumte. Freuds Traumdeutung kann nur verstehen, wer das absolute Primat des Sexuellen (was immer das sein mag) anerkennt, Jungs Traumdeutung erschließt sich nur demjenigen, der über ein großes Maß an Bildung über das Mittelalter, über Mystik, Religion und historischen Legenden verfügt. Jung hatte sich das in frühen Jahren alles intensiv angelesen und doch behauptete er, ein jeder trage diese Mythen und Märchen aus der Urzeit hereditär in sich. Die Traumtheorien von Jung und Freud sind höchst spekulativ und zutiefst subjektiv, durch und durch geprägt von den Persönlichkeiten und den beruflichen Ambitionen ihrer geistigen Väter. Sie sind auch weitgehend widerlegt, sowohl was die Vererbung gedanklicher Inhalte betrifft, als auch die Vorstellung Freuds, die verdrängte Libido manifestiere sich im Trauminhalt (genauso wie in den Symptomen einer neurotischen Erkrankung, in perversen Sexualpraktiken oder Versprechen).

Während Freud und Adler meinten, der Träumende „mache“ sich die Träume (er produziere sie fast willentlich entsprechend

seinem Charakter), heißt es bei Jung, sie seien unparteiische, der Willkür des Bewusstseins entzogene, spontane Produkte der unbewussten Seele. Die Träume seien uns unverständlich, nicht weil eine aktive Verdrängungsinstanz in uns sie absichtlich verschleiert, sondern weil sie zufällig und bildhaft sind und erst in Sprache übersetzt werden müssen. Bei Freud und dem frühen Adler ist der Traum ein verschleierter Neurotizismus, während Jung und der späte Adler die vorwärts gerichtete, positive und kreative Stoßrichtung der Träume betonten. Jung und Adler treffen sich darin, dass sie fragen, was der Traum für den Träumer bedeutet; wobei der große Unterschied besteht bleibt, dass Adler ausschließlich die Zukunftsbedeutung im Blick hat, während die orthodoxen Jungianer nach den Verbindungslinien zu den fernstehenden Kulturen der tiefsten Vergangenheit suchen, die angeblich in den ältesten Regionen unseres Gehirns abgelagert sind.

Jungs Traumtheorie ist nicht weniger angreifbar als die Freuds und Adlers. Indem Adler die Träume als (meistens ausweichende) Vorbereitung auf den nächsten Tag und die nächsten anstehenden Probleme interpretierte, ist seine Sicht letztlich ebenso eng wie Freuds Vorstellung von der Erfüllung infantiler sexueller Wünsche durch Träume. Einige Träume mögen uns unsere Einstellung zum Leben und zu unseren Lebenszielen zeigen, aber in der Ausschließlichkeit der Adlerschen Formulierung führt diese Sicht nicht weiter. Goethes unschuldige Träume haben nichts Neurotisches an sich und auch empirisch lässt sich Adlers teleologische Traumsicht nicht halten. Es ist keineswegs zwingend, dass die im Traum empfundenen Gefühle nahtlos in unser Lebenskonzept oder den bevorstehenden Tag passen.

Der Schriftsteller Martin Walser weist darauf hin, dass die Traumdeutung immer schon durch unreflektierte Vorannahmen geprägt ist: „Träume zerstören wir auch, wenn wir sie nach ihrer Bedeutung fragen. Der ins Licht

einer anderen Sprache gezogene Traum verrät nur noch, was wir ihn fragen. Wie der Gefolterte sagt er alles, was wir wollen, nichts von sich.“

### Alfred Adler

Alfred Adler, der von 1902 bis 1911 im Diskussionskreis um Freud an vorderster Stelle mitarbeitete, hat keine größere Arbeit über Träume veröffentlicht, aber einige Gedanken dazu verbreitet. Charakteristisch ist bei Adler die Neigung, Träumen eine besondere Bedeutung in Bezug auf die Zukunft beizumessen. Träume dienen nach seiner Theorie dazu, den Lebensstil und die Pläne des Träumers zu stärken. Nach Adler kennt der Mensch praktisch nur ein Ziel im Leben, und das ist Überlegenheit über alle Schwierigkeiten des Lebens und die Vermeidung beziehungsweise Überwindung einer Minusposition. Adlers Sicht der Träume ist *teleologisch*, eine kombinierte Ableitung aus *teleos*, perfekt, vollständig, und *telos*, Ziel. In einem Traum bleibe das Leistungsziel des Menschen dasselbe wie im Wachzustand, aber ein Traum treibe ihn mit gesteigerter emotionaler Macht jenem Ziel entgegen, das im Einklang mit dem jeweiligen Lebensstil und mit (unbewussten) Vorentscheidungen und Motiven steht. Davon abweichende oder entgegenstehende Träume kannte Adler nicht. Nach Adlers Meinung holt sich das Individuum nur dann Kraft aus den Träumen, wenn es zur Lösung vorliegender Probleme zu wenig Gemeinschaftsgefühl hat. Das bedeutet im logischen Umkehrschluss, dass alle Menschen, die ausreichend Gemeinschaftsgefühl haben, wenig oder gar nicht träumen. Sie spüren keinen Konflikt zwischen den Forderungen der Gemeinschaft und ihren eigenen Zielen und schlafen den Schlaf der Gerechten. Teleologische Träume sind in Adlers Sicht *ausschließlich* dazu da, die neurotischen, d.h. egoistischen Ziele emotional zu unterstützen. Sie bestärken den Träumer darin, Lebensproblemen auszuweichen und ziehen ihn noch tiefer in die Neurose hinein.

So gesehen ist die sonderbare Form unserer Gedankenwelt während des Schlafes nichts anderes, als die Brücke vom Vortag zum nächsten Tag. Der Traum drückt gleichnishaft eine schon vorhandene, aber möglicherweise noch unbewusste Tendenz im Menschen aus, ein bestimmtes Problem zu lösen – oder auch nicht.

Adler zog dazu in dem Buch *Menschenkenntnis* (1927) das Gedicht *Hochzeitslied* von Goethe heran. Darin wird ein Traum wiedergegeben: Ein Ritter kehrt nach langer Abwesenheit in sein Schloss zurück, das verwaist ist. Er geht ins Bett und träumt von einer Zwergenhochzeit, die in dem Saal seines Schlosses stattfindet. Der Träumer ist offensichtlich mit einem Lebensproblem beschäftigt, denn das Gedicht endet damit, dass der Ritter selbst heiratet und sein Schloss sich wieder belebt. Goethe selbst sagte zu Eckermann am 12.3.1828: „Ich habe in meinem Leben Zeiten gehabt, wo ich mit Tränen einschlief; aber in meinen Träumen kamen nun die lieblichsten Gestalten, mich zu trösten und zu beglücken, und ich stand am anderen Morgen wieder frisch und froh auf den Füßen.“

Adler leitet die allgemeine Regel ab: Steht der Mensch vor einem Problem, das er durch Vernunft und Beurteilung nicht lösen kann oder will, hole sich das Ich Stärkung aus der Traumfantasie. Mittels der von ihm geschaffenen Traumbilder sucht er in sich Stimmungen und Gefühle zu wecken, die einerseits seinem Lebensstil entsprechen, andererseits irgendwie der Lösung des aktuellen Problems entgegenkommen – oder durch Angstträume zu verhindern suchen. Der Träumende trainiere eine bestimmte Rolle während des Traumes und treffe mit ihr die Vorbereitung, dass es wahr werden möge. Ein Mensch, meint Adler, dessen individuelles Ziel mit der Wirklichkeit und dem *Common Sense* übereinstimmt, träume weniger. Sehr mutige Menschen würden sogar ganz selten oder nie träumen, denn sie befassen sich am Tage

in ausreichendem Maße mit ihrer Situation. Der Traum sei also ein Mittel, sich selbst zu betrügen, eine Art Autosuggestion, um den neurotisch-ausweichenden Lebensstil bewahren zu können. Der Symboldeutung erteilte er damit eine klare Absage. Man müsse das, was ein Mensch träumt, zu seinem ganzen weiteren Leben in Beziehung setzen.

Während sich Freud und noch mehr Jung ausführlich und fast schon enthusiastisch mit Träumen beschäftigten, blieb Adler ausgesprochen nüchtern und skeptisch. Im Allgemeinen hielt er nicht viel vom Träumen. Sie sollten nur als zusätzliches Material zum Verständnis eines Menschen herangezogen und dürften nicht für sich genommen werden. Tagträume könnten gerade noch verstanden werden, aber bei Schlafträumen sei das selten der Fall. Zum Traum des Simonides meinte er trocken, dass damals ziemlich viele Schiffe untergegangen seien. Vielen Menschen mag zu jener Zeit geträumt haben, ihnen widerfahre ein Unglück auf einer Reise. Adler vermutete, der Dichter hatte wohl keine besondere Lust gehabt, die Reise zu machen, also ließ er sich gleichsam den Toten kommen, um ihn in seiner Abneigung zu bestärken. Und wäre dieses Schiff nicht untergegangen, dann hätte die Welt von der ganzen Geschichte nie erfahren.

## Moderne Traumforschung

Wir wissen heute, dass Träume Ergebnis der spontanen Aktivität des zentralen Nervensystems sind. Sie sind Manifestationen eines niemals ruhenden Geistes. Die Entwicklungen in Neurobiologie oder Evolutionsbiologie sowie der Traumforschung sind dramatisch; von ihnen konnten Jung, Freud und Adler noch nichts wissen, doch durch ihr Charisma und ihre brillanten Formulierungen verhinderten die tiefenpsychologischen Pioniere, dass sich ihre Nachfolger mit diesen Entwicklungen beschäftigten. Heute behindern die



Giganten der Trauminterpretation eher den nicht aufzuhaltenden Erkenntnisfluss, als dass sie ihn fördern würden.

Freud subsumierte Schlafen und Träumen unter die Pathologie, weil sich der Mensch „wie in der Psychose“ von der Außenwelt abwende – als ob er ständig auf die Umwelt bezogen sein könnte. Die heutige Traumforschung geht darauf hin, dass Träume keine pathologischen, sondern natürliche Vorgänge sind, die sich spontan und unabhängig von persönlichen Wünschen und Absichten im Gehirn ereignen. Bis ins Schulalter hinein hat der kleine Mensch mehr Zeit im Schlaf als im Wachzustand verbracht. Die Schlafdauer sinkt, von 14 bis 18 Stunden bei Neugeborenen bis auf durchschnittlich acht Stunden beim jungen Erwachsenen. Warum die Jüngeren mehr Schlaf brauchen als die Großen, lässt sich nur erraten, da die Wissenschaft noch nicht wirklich beantworten kann, warum wir eigentlich schlafen müssen. Wir wissen nur, dass wir innerhalb weniger Tage wahnsinnig werden, wenn wir keinen Schlaf und damit keinen Traum erhalten. Wir schlafen und träumen, um gesund zu bleiben. Schlaf ist körperliche Erholung und dient offenbar der Gedächtnisformung.

Nach Ansicht der Schlafforscher Giulio Tononi und Chiara Cirelli schlafen so gut wie alle Tiere oder haben zumindest Ruhephasen. Es ist wirklich seltsam, dass sich ein Individuum völlig von der Außenwelt zurückzieht, was in freier Natur gefährlich sein kann, aber ein Teil des Gehirns selbst im Schlaf „wach“ bleibt und aktiv ist. Es müsste also eine universale Schlaffunktion geben, die für alle Tiere gültig ist. Zweitens gibt es unterschiedliche Schlafformen; so unterscheiden sich die REM- und die Nicht-REM-Phasen erheblich. Die Gehirnaktivität ist deutlich erhöht in den REM-Phasen, jener leichten Schlafphase, die mit raschen Augenbewegungen unter den geschlossenen Lidern verbunden ist. REM-Phasen sind verknüpft mit Traumperioden, in denen die Hirnrinde sehr aktiv ist. In den REM-Phasen werden grobe Störungen wahr-

genommen und entweder in den Schlaftraum integriert oder der Betreffende wacht auf. Man kann annehmen, dass REM- und Nicht-REM-Phasen für den Menschen unterschiedliche Funktionen haben, aber welche?

Betrachten wir kurz die materialistische Haltung, die der Meinung ist, dass der Traumzustand eine ungesteuerte Funktion des Hirnstammes während der Nacht ist, die von höheren Hirnfunktionen nur einigermaßen in sinnvolle Bilder umgesetzt wird. Viele Schlafforscher hypostasieren heute, dass Träumen ein Weg sei, um überflüssige Informationen loszuwerden. Während des Wachseins wird die eingehende Information fortwährend in Netzstrukturen der Nervenzellen eingearbeitet, die Synapsen werden größer. Würde dieser Prozess ununterbrochen fortgesetzt, wäre das Gehirnvolumen rasch erschöpft. Die These von der „synaptischen Homöostase“ besagt, dass des Nachts die Synapsen wieder abschwollen. Nur dort, wo tiefere neuronale Gedächtnisspuren aufgebaut wurden, bleibt das Erlernete bestehen. Das Gehirn werde so von (scheinbar) Unwichtigem gesäubert und bereit gemacht für den nächsten Tag. Da es bei Kindern bis zur Pubertät zunächst zu einer Synapsenüberproduktion mit der beeindruckend hohen Lernfähigkeit kommt, verwundert eine lange Schlafdauer nicht, in der die Tageseindrücke überarbeitet werden. Nicht alles ist es wert, gespeichert zu werden, aber der Gedächtnisprozess ist nur teilweise und nur schwer zu steuern.

Ist Träumen eine hohe oder eine niedere geistige Funktion? Die Vertreter beider Richtungen, die materialistisch-antipsychologische Haltung und die philosophisch-psychologische Haltung standen sich seit jeher feindlich gegenüber. Naturwissenschaftler wie Francis Crick und Graeme Mitchison äußerten sich über Träume, weil sie über die Arbeitsweise neuronaler Netzwerke nachdachten. Das ist ein ganz anderer Ansatz als der psychologische, der nach dem Sinn der Träume fragt. Nach dem psychologischen

Sinn von Träumen zu fragen ist Crick und Mitchison so abwegig, wie nach dem höheren Sinn der Niere oder dem Wesen der Leber zu fragen. Der Schlaf sei primär ein physiologischer Vorgang, die verschiedenen Schlafphasen bedeuten jeweils Veränderungen zum Beispiel in der Atmung, im Blutdruck des Gehirns und in der Gehirnaktivität. Weder die Physiologen noch die Psychologen können den Zweck oder das „Wesen“ der Träume befriedigend erklären. Eine endgültige Antwort ist nicht in Sicht.

Aber es gibt einen Zuwachs an Erkenntnis. Der Amerikaner Gerald Edelman hat mit seiner Theorie des Geistes, die er „neuronalen Darwinismus“ nennt, viel Aufsehen erregt. Einzigartige neuronale Konfigurationen, die der Erfahrung ausgesetzt werden, selektieren bestimmte Zellgruppen und verstärken die Verbindungen zwischen ihnen. Es gibt schätzungsweise 100 Millionen solcher Gruppen im Gehirn, wobei jede Gruppe aus 50.000 bis 10.000 Neuronen besteht. Diese Serien nennt Edelman „Karten“, die wie in einem Spiel liegengelassen oder „gezogen“ werden. Die unaufhörliche Interaktion innerhalb und zwischen bestimmten Karten erlaubt einen Vorgang, den Edelman als „Wiedereinspeisen von Signalen“ bezeichnet: Eine fortwährende Kommunikation zwischen Karten und Kartenserien, die dem Gehirn ermöglicht, Wirklichkeit aufzunehmen und zu verarbeiten. Dadurch entstehen Fähigkeiten wie Kategorisierung und Generalisierung, die für das Lernen unerlässlich sind und schon bei vielen Tieren anzutreffen sind. Für Edelman ist diese unaufhörliche Kategorisierung und Überprüfung der Kategorien mit dem Gedächtnis identisch, und er hält sie für die Grundlage des Bewusstseins. Die sich ständig rückkoppelnde Gedankentätigkeit beruhe nicht nur auf der realen Welt und objektiven Fakten, sondern auch darauf, was in der Vergangenheit für das Tier oder für den Menschen Wert oder Bedeutung hatte. Das Unbewusste wäre in diesem Lichte ge-

sehen eine Pauschalbezeichnung für den fortwährenden, kaum steuerbaren Tumult der Wiedereinspeisung von Signalen zwischen miteinander verbundenen Komplexen von „Spielkarten“ im Gehirn.

Das Bewusstsein schaltet sich ein, wenn riesige Mengen dieser Komplexe zusammenwirken, wie die Musiker bei einem Konzert. Die einzelnen Mitglieder des Orchesters sind alle miteinander verbunden: Jeder spielt die Musik für sich allein, aber gleichzeitig beeinflusst jeder den Klang des anderen und wird von ihnen beeinflusst und es entsteht ein Gesamtwerk. Das Unbewusste wie z.B. das Träumen wären in diesem Sinne einzelne Musiker, die unverbunden für sich und vor sich hinspielen, wieder abbrechen, andere Musiker spielen ein paar Töne, jedenfalls sind sie unverbunden, weil das dirigierende Bewusstsein ausgeschaltet ist. Es sind unvollständige und unverbundene Gedanken. Träume werden also nicht durch (verbotene) Wünsche ausgelöst, seien sie sexuell, verdrängt oder sonstiger Art. Sie bereiten auch nicht auf den nächsten Tag vor und sie unterstützen auch nicht unsere Neurosen. Träume sind erwartbare Phänomene, die mit zyklischen Funktionen des Zentralen Nervensystems zusammenhängen und ihre Grundlage in der Biologie haben.

### Inhalte von Träumen

Eine Klassifizierung von Träumen hat wenig Sinn, da ihre Bilder so viele Bezüge haben, wie es Menschen auf der Welt gibt. Calvin Hall und Vernon Nordby haben in den 60er-Jahren nach eigenen Angaben mehr als 50.000 Träume von Menschen aus allen Teilen der Welt gesammelt. Als typische, immer wieder auftretende Inhalte zählen sie auf: Aggressionen, Raubtiere, Fliegen und Fallen, Verfolgtwerden durch Fremde, Landschaften, Unglücksvisionen, Sexualität, die Vorstellung zu heiraten und Kinder zu haben, das Durchleiden von Prüfungssituationen,

Reisen auf alle erdenkliche Art, das Schwimmen oder im Wasser sein, das Beobachten von Feuer und das Eingesperrtsein an einem unterirdischen Ort. Hall und Nordby gelangen zu der Schlussfolgerung, dass damit die allen Träumern gemeinsamen Anliegen, Sorgen und Interessen ausgedrückt werden. Dies (und nicht die Archetypen Jungs) seien die universellen Konstanten der menschlichen Psyche.

Die Schweizer Wissenschaftlerinnen Inge Strauch und Barbara Meier haben Probanden im Schlaflabor nach ihren geträumten *Gefühlen* befragt. Auch wenn die Freude ganz oben steht (12 %), so überwiegen negative Gefühle wie Ärger (8,9 %), Angst (8,5 %), Stress (7,1 %) und Verwirrung (4,7 %). Eher neutrale Gefühle wie Interesse und Überraschung tauchten mit 8,5 beziehungsweise 3,9 Prozent auf. Bekannte Personen tauchen in einem Drittel der erinnerten Träume auf, Fremde zu einem Viertel und Unbestimmte zu 20 Prozent.

### Moderne Traumdeutung

Schaut man sich die Fülle von Traumbeispielen aus der Geschichte an, so entsteht der Eindruck, dass diese immer so gedeutet wurden, wie sie in die Lebensplanung des Träumenden passen. Je nachdem, ob man sich auf dem Rückzug oder in einer Eroberungsphase befindet, ob man sich Wünsche erfüllen will oder Beistand für einen großen Plan sucht, ob Vorurteile oder Vorhaben bestätigt werden sollen – oft ist ein Traum und eine passende Traumdeutung zur Hand, der einen scheinbar auf diesem Weg bestätigt. Wenn das so ist, dann scheint Traumdeutung kaum mehr zu sein als ein Trick, die aktuelle Lebenssituation und innere Gefühls-haltungen zu untermauern. Das kommt der Adler'schen Sicht auf die Traumdeutung sehr nahe.

Träume (sofern sie erinnert werden) lassen niemanden kalt; wir wundern uns über sie, finden sie rätselhaft, oftmals beglückend,

manchmal bedrohlich. Wieland Herzfelde, Ernst Jünger, Franz Fühmann und Theodor W. Adorno haben Traumprotokolle geschrieben. Sie sind glänzend formuliert, aber haben sie mehr Informationsgehalt als alte Wetterberichte?

Jan Philipp Reemtsma fiel anhand der Träume Adornos zweierlei auf: fehlende Plausibilität und mangelnde Pointierung. Das heißt, Träume beginnen irgendwo und enden irgendwie. Hätten sie eine Pointe, würden wir sie als Konstrukt auffassen und den Träumer einen Schwindler nennen. Eigentlich sei der Aufwand an Seltsamkeit, den Träume betreiben, vertan. Die meisten Träume laufen ins Leere und haben keinen ordentlichen Schluss. Und was die fehlende Plausibilität angeht, viele Details von Träumen sind überflüssig, sie passen nicht in den Ablauf. Das unterscheidet Träume von Erzählungen. Erzählungen laufen auf etwas hinaus. Jedes Detail, das uns erzählend mitgeteilt wird, passt mehr oder weniger in das Ganze hinein. Alles andere würde uns irritieren. Eine Erzählung ist geformter Stoff. Ein Traum hat Stoff, aber keine Form (jedenfalls nicht die Form einer Erzählung). Wenn uns einer eine Geschichte erzählt und Detail um Detail präsentiert, würden wir nach spätestens fünf Minuten unruhig: Auf was muss ich denn achten? Die gestalteten Träume der Surrealisten sind ein Etikettenschwindel. Wer gestaltet, träumt nicht, und umgekehrt. Im Traum ist alles subjektiv, aber der Träumer ist nicht wirklich Subjekt. Träumer und Traum sind intentionslos, sie können nicht wollen. Ein Traum kann weder gelingen noch misslingen. Er kann nicht bewertet und nicht kritisiert werden. Träume sind Gedanken, die sich nicht selbst verstehen. Aber auch Reemtsma darf nicht absolut gesetzt werden. Von Zeit zu Zeit werden plausible Träume geträumt, die eine erzählerische Pointe haben.

Trotz einer insgesamt ernüchternden Bilanz gilt, dass die *Traumbetrachtung* in der Therapie mittels der Assoziation manchmal zu

erstaunlichen Verknüpfungen und manchmal zu neuen Erkenntnissen führt, die für die Entwicklung des Patienten und für seine Einsicht und seine Erkenntnis förderlich sind. Die Deutung eines Traumes besteht im Wesentlichen in der biographischen Situierung, indem der Trauminhalt mit der Biografie des Träumers in Beziehung gesetzt wird (mit dem manifesten Trauminhalt, um genau zu sein; der latente Trauminhalt ist ein Artefakt Freuds).

Dem Träumer müsste also ausreichend Gelegenheit gegeben werden, den Traum so detailliert wie möglich erzählen und alle nur möglichen persönlichen Gedankenverbindungen auszusprechen, bevor der Therapeut irgendeine Interpretation des Traumes wagt.

Die Interpretation von Träumen ist eine Kunst und keine Wissenschaft. Es gibt keine richtige oder falsche Art, Träume zu deuten. Jede therapeutische Schule bringt ihren Ausbildungskandidaten ein bestimmtes Vorgehen bei, aber mit der Zeit und mit zunehmender Erfahrung entwickelt jeder Therapeut seinen eigenen Stil. Die Traumdeutung hat aber keine Evidenz, sie braucht nur dem Betreffenden einzuleuchten. Letztlich gibt es ebenso viele Möglichkeiten, Träume zu verstehen, wie es Therapeuten und Klienten gibt. Die vielen Traumsymbolbücher, die nach wie vor auf dem Büchermarkt erscheinen und zu konkreten Traumbildern konkrete Bedeutungen anbieten, sind so gesehen praktisch wertlos.

Von den prophetischen Träumen des Altertums bis zur Neurobiologie hat der Mensch einen weiten Weg zurückgelegt. Das Ergebnis ist desillusionierend. Von der aufregenden Vorstellung, bestimmte Traum inhalte mögen uns auf direktem Weg konkreten Aufschluss über uns geben, bleibt nicht viel übrig. Und doch hat die Traumdeutung in der Psychotherapie ihren Stellenwert, wenn auch keinen zentralen. Träume erhalten ihren Stellenwert erst durch die Verknüpfung

mit dem konkreten Leben des Träumenden mit Hilfe der freien Assoziation. Die unzensurierten Assoziationen des Träumers gehören zur Essenz einer jeden Tiefenpsychologie. Mit einem Wort, Träume sind ein probates Mittel, um Patienten in den Fluss ihrer Gedanken zu bringen.

Der Therapeut wird sich also zunächst den Traum in seinen konkreten und erinnerten Inhalten erzählen lassen und dann die wichtige Frage stellen, mit welchen Gefühlen er verknüpft war. Sodann wird der Klient gebeten, selbst zu den Traum inhalten zu assoziieren: Was sagt ihm dieser Traum? Der Patient soll seine Gedanken treiben lassen. In dieser Phase wird der Therapeut vielleicht schon ein wenig die Richtung angeben, indem er bittet, den Traum auch auf die Therapie und das Verhältnis des Klienten zum Therapeuten zu beziehen. Psychotherapie ist eine so wichtige und tiefgreifende Erfahrung, dass man kaum darin fehlgehen kann anzunehmen, einige Gedanken und Gefühle des Klienten kreisen auch um die Beziehung zum Therapeuten.

Dazu ein Beispiel aus Irvin Yaloms Roman *Die rote Couch* (1998). Eine Klientin berichtet ihrem Therapeuten: „In diesem Traum gestern Nacht haben Sie und ich auf einer Bettkante gesessen, und dann haben wir unsere schmutzigen Socken und Schuhe ausgezogen und einander gegenüber gesessen und die Füße aneinandergelegt.“ Die Patientin heißt Carol und war in der Vergangenheit nicht ehrlich zu ihrem Therapeuten. Jetzt assoziiert sie zu ihrem Traum, dass es Zeit wäre, sich ehrlich mit ihren eigenen Dingen zu beschäftigen. In ihr wachse der Wunsch, aus ihrer Therapie für sich etwas Gutes mitzubekommen. Jetzt greift der Therapeut ein und bezieht den Traum noch stärker auf ihrer beider Situation. Er gibt dem Wort Sohlen einen winzigen Kick und interpretiert sie als „Seelen“ (diese Assoziation ist in der englischen Aussprache noch enger). Das Ausziehen der schmutzigen Socken und Schuhe

bringt sie beide unverstellt zueinander und drückt den Wunsch aus, „Seele an Seele zu sitzen“.

Diese Interpretation ist im Grunde schon recht gewagt, aber der Therapeut darf das, wenn er hinreichend sicher sein kann, dass sie dem Therapiefortschritt dient. Ein Ziel der Therapie ist es, ehrlicher, offener und wahrhaftiger zu werden. Daran hatte es in dem genannten Beispiel bislang gemangelt. Indem der Therapeut seine Deutung gibt, gibt er den Dingen eine positive Wendung, und sei es, dass er dies mit dem listigen Hintergedanken äußert, die Therapie müsse endlich mal vorankommen. Schon allein aus diesem Grund kann es keine Symboldeutung geben. Die konkreten Traumhalte sind lediglich Anknüpfungspunkte, die Gedanken schweifen zu lassen. Zusammen mit der vorsichtigen Richtungsgebung des Therapeuten wird man zu erstaunlichen Verknüpfun-

gen und Einsichten kommen können. Die Art der Assoziation und der therapeutischen Hilfestellung wird aber von Klient zu Klient unterschiedlich sein. Allerdings fällt vielen Patienten zu einem manifesten Traum nicht viel ein. Sie weisen nur sehr bedingt die Fähigkeit zur Selbstreflexion auf, die man in einer Psychoanalyse benötigt.

Wenn, dann ziehen Menschen ihre Traumhalte in der Regel aus ihrem Erfahrungsschatz, aus ihrem Milieu. Ein Handwerker wird anders träumen als ein Intellektueller, ein Hindu anders als ein Christ. Auch der Therapeut ist nicht frei in seiner Deutung, denn er wird auf seine Ausbildung zurückgreifen und seinen Vorbildern nacheifern. Er wird aber immer in den Patienten den schlummernden Künstler und unbewussten Traumschöpfer bewundern und verehren, der Nacht für Nacht, Jahr für Jahr Meisterwerke der Illusion hervorbringt.

## 15. Übertragung und Gegenübertragung

---

Mit den Begriffen Übertragung und Gegenübertragung stoßen wir direkt ins Herz der psychodynamischen Psychotherapien. Sie stammen aus der klassischen Psychoanalyse und tragen den Stempel von Freuds Materialismus. Er meinte es wörtlich, wenn er von einer fast schon physischen Übertragung von Gefühlen und Gedanken von einer Person auf die andere berichtet. Die beiden Begriffe wurden von der gesamten Tiefenpsychologie übernommen, bekamen dort allerdings einen deutlich anderen Inhalt. Heute ist Übertragung ganz allgemein die Beziehung des Patienten zum Therapeuten und die Gegenübertragung die Beziehung des Therapeuten zum Patienten. Beginnen wir wieder mit der Entwicklungsgeschichte der Psychoanalyse.

### Psychoanalyse

Der Begriff der Übertragung findet sich bei Freud erstmals in den *Studien über Hysterie* (1895, zusammen mit Josef Breuer), jedoch entwickelte Freud erst an Hand weiterer Behandlungsfälle die späteren Konzepte der Übertragung, Gegenübertragung und Übertragungsneurose mit ihrer zentralen Bedeutung für die klassische psychoanalytische Behandlung.

Übertragung bezeichnet ursprünglich das Phänomen, dass der Therapeut wichtige Gefühle und Gedanken beim Patienten hervorruft. Das ist keine wirklich neue Entdeckung. Schamane und Ärzte nutzten schon vor der Entdeckung der Psychoanalyse die eindrückliche Kraft ihrer Persönlichkeit, um Heilungserfolge zu erzielen (siehe Kapitel 4, »Geschichte der Tiefenpsychologie«). Sie findet sich beim Begründer des animalischen Magnetismus, Franz Anton Mesmer. Dieser verstand es, intensive Vorstellungen von

Hoffnung und Lebensglauben bei seinen Patienten zu wecken und dadurch Heilung zu erzielen. Auch in der Hypnose und Suggestion und damit auch schon bei der Behandlung von »Anna O.« durch Breuer, aber auch in Freuds eigenen frühen Therapien mit Hilfe von Hypnose und Suggestion, zeigte das Phänomen der Übertragung eine große Wirkung.

Auch Freud arbeitete zunächst mit Hypnose und Suggestion, doch musste er relativ rasch einsehen, dass die Wirkung des »Kopfdrückens« nur begrenzten Erfolg zeitigte. Einige Patientinnen ließen sich nicht hypnotisieren, und überhaupt erschien ihm das Vorgehen als etwas gewaltsam. In dem Aufsatz *Zur Psychotherapie der Hysterie* (1895) suchte Freud eine Erklärung dafür, dass in manchen Fällen trotz Anwendung des Kopfdrückens kein »brauchbares Material« von den Patientinnen produziert wurde. Er erklärte sich das unter anderem damit, dass das Verhältnis des Kranken zum Arzte gestört ist. Und warum ist sie gestört? Weil einige durch die Therapie aufsteigende Inhalte der Patientin peinlich seien und sie diese peinlichen Inhalte auf die Person des Arztes überträgt. Diese falschen Verknüpfungen kämen in den Analysen regelmäßig vor.

Eine wichtige Zwischenstation bei der Entwicklung des Übertragungskonzepts stellte die junge Patientin Ida Bauer dar, deren Geschichte unter dem Namen Dora in *Bruchstück einer Hysterie-Analyse* (1905) veröffentlicht wurde. Bei der Beschreibung der Behandlung der 18-jährigen Dora formulierte Freud erstmals Hinweise und Gedanken zum Phänomen der Übertragung, damals noch im Plural als Übertragungen bezeichnet. »Es sind Neuauflagen, Nachbildungen von den Regungen und Phantasien, die während des

Vordringens der Analyse erweckt und bewusst gemacht werden sollen, mit einer für die Gattung charakteristischen Ersetzung einer früheren Person durch die Person des Arztes. Um es anders zu sagen: eine ganze Reihe früherer psychischer Erlebnisse wird nicht als vergangen, sondern als aktuelle Beziehung zur Person des Arztes wieder lebendig.«

Das ist – wie so oft bei Freud – recht dunkel formuliert. Übertragung bedeutet offenbar, dass die Patientin mit einer wichtigen Person aus ihrer Kindheit – sagen wir es deutlich: mit dem Vater – unerfreuliche Erinnerungen verbindet und sie im Arzt die Reinkarnation ihres Vaters erblickt. Also kann sie sich dem Therapeuten nicht völlig anvertrauen, also hält sie Erinnerungsmaterial zurück, also kommt Freud in der Analyse nicht voran. Die Verwechslung des Arztes mit einer früher wichtigen Person ist laut Freud unbewusst und zugleich notwendig, unausweichlich und regelhaft. Freud nannte dieses Phänomen Übertragungsneurose.

Die Übertragung gegenüber dem Analytiker kann laut Freud positiv und »zärtlich« sein, ebenso negativ und feindselig. Die Wortwahl »zärtlich« ist unpassend; das bürgerliche Zeitalter sprach von zärtlicher oder zarter Leidenschaft, wenn Mann und Frau sich ineinander verlieben. Die gute Übertragung jedenfalls unterstütze den Heilungsprozess, die schlechte aber müsse zum Gegenstand der Gespräche gemacht werden. Die negativen Gefühle des Patienten gegen die Analyse oder gegen den Therapeuten würden, so Freud, das wichtigste Hindernis für den Psychotherapieprozess darstellen. Das Hindernis zeige sich als Widerstand, sich heilen zu lassen. Im Fall Dora misslang Freud der Umgang mit ihrer negativen Übertragung. Sie beendete die Therapie nach drei Monaten abrupt, aber nicht, weil sie Freud mit ihrem Vater verwechselte, sondern weil Freud ihr geheime Motive unterstellte, die Dora nicht in sich spürte (siehe in Kap. 7 »Der Fall Dora«).

In seinem Aufsatz *Zur Dynamik der Übertragung* (1912) weitete Freud das Konzept aus. Hereditäre Anlagen und frühkindliche Erfahrungen würden sich zu Schablonen der zwischenmenschlichen Kommunikation formen, die auf neue Beziehungen angewandt werden. Einige Teile dieser »Klischees«, damit waren Eltern-Imagines gemeint, sind bewusst, andere unbewusst. Freud zwängte bekanntlich fast alle menschlichen Regungen in die Kategorie des Sexus, so auch die Übertragung. Es gehe, behauptete er, dabei um das frustrierte Liebesleben der Patientinnen, die ihre unbefriedigte Libido endlich einmal an der Person des Therapeuten entfalten könnten. Sie würden ihre verdrängte sexuelle Leidenschaft dem Vater gegenüber ohne Rücksicht auf Realität und Verluste am Therapeuten ausleben wollen. Freud sah einen Kampf zwischen Patientin und Therapeut ausbrechen, die darum ringen, was Einbildung und was Realität sei. Erst wenn die Patientin ihr Hirngespinnst erkenne, sei Heilung in Sicht. Von feindseliger und negativer Übertragung war hier keine Rede.

Das Konzept der *Übertragungsneurose* und ihrer Durcharbeitung und Auflösung ist schwer zu verstehen. Betrachten wir noch einmal Freuds Konstrukt, wie er es beispielsweise in *Jenseits des Lustprinzips* von 1920 formulierte. Heilung (Symptomreduktion) trete ein, wenn verdrängte Kindheitserinnerungen (die für ihn immer das kindliche Sexualeben, also den Ödipuskomplex betreffen) bewusst erinnert und in das Gedächtnis integriert werden können. Er musste jedoch konstatieren, dass derart wichtige unbewusste Teile einfach nicht an der Oberfläche erscheinen wollten. Sie werden, wie er zu erkennen meinte, stattdessen zwanghaft wiederholend agiert (unbewusst ausgelebt), und zwar gegenüber dem Therapeuten. Diesen neurotischen Wiederholungszwang nannte er wie gesagt Übertragungsneurose; sie tauche praktisch in jeder Therapie auf. Der Therapeut solle sich bemühen, die Übertragungsneurose möglichst einzuschränken, möglichst viel von ihr in die bewusste Erinne-

rung hochzuholen und möglichst wenig zur zwanghaften Wiederholung zuzulassen.

In der Übertragung werde letztlich der Ödipuskonflikt unbewusst wiederholt: Der weibliche Patient will den Vater/den Therapeuten besitzen, der männliche Patient den Vater/den Therapeuten töten oder kastrieren. Da die Patienten von diesen Wünschen nicht ablassen können, dränge diese Konstellation zum Scheitern der Therapie – sofern der Therapeut nicht geschickt gegensteuere. Die Übertragung ist um 1920 eine Neubelebung vergeblicher infantiler Wünsche mit der Funktion eines Widerstands gegen die Therapie, gegen den Therapeuten und gegen die Befreiung von pathologischen Symptomen. Der Therapeut solle sogar eine Übertragungsneurose aktiv induzieren und die infantile Neurose durch eine Übertragungsneurose ersetzen. mithilfe der aufdeckenden Arbeit lassen sich dann an Hand dieser neuen Neurose Rückschlüsse auf die ursprüngliche, infantile Neurose ziehen und erst wenn dies geschehen sei, lasse sich die Neurose auflösen.

Die Hauptarbeit der Therapie bestehe darin, die neurotische, unbewusste Übertragung durcharbeiten und aufzulösen, ferner dem Patienten seine Widerstände und Verdrängungen bewusst zu machen. Die Kranke müsse überzeugt werden von diesem Konstrukt. Das Durcharbeiten bestand offenbar darin, den Patienten zu überzeugen, dass er in seinem Übertragungsverhalten Gefühle wiederholt, die von seinen frühesten, frustrierenden Objektbesetzungen, aus der verdrängten Periode seiner Kindheit, also aus dem Ödipuskomplex herkommen. Eine der voraussetzenden Annahmen Freuds war, dass diese pseudo-sexuellen Gefühlen unbewusst eins zu eins im Unbewussten gelagert werden und bei erstbestener Gelegenheit, also in einer Therapie, ohne Abzüge reproduziert werden.

Der Begriff *Gegenübertragung* sprach Freud erstmalig auf dem Zweiten Internationalen Psychoanalytischen Kongress in Nürnberg im Jahr 1910 an. In seinem Vortrag *Die zukünftigen Chancen der psychoanalytischen Therapie* entwarf er eine optimistische Vision von Möglichkeiten, die die Psychoanalyse als Therapieform für einzelne Individuen und die gesamte Gesellschaft in Zukunft mit sich bringen wird. Er verwies auf die Wichtigkeit des Zuwachses an Wissen über das Unbewusste, ohne das eine Weiterentwicklung der Psychoanalyse nicht möglich sei, und er beschrieb Neuerungen im Bereich der therapeutischen Technik. Hier wies er explizit auf die Gegenübertragung hin: »Wir sind auf die Gegenübertragung aufmerksam geworden, die sich beim Arzt durch den Einfluss des Patienten auf das unbewusste Fühlen des Arztes einstellt, und sind nicht weit davon, die Forderung zu erheben, dass der Arzt die Gegenübertragung in sich erkennen und bewältigen müsse.«

Unter Gegenübertragung wird psychoanalytisch die Gesamtheit der unbewussten Reaktionen des Analytikers auf die Person des Analysanden und ganz besonders auf dessen Übertragung verstanden. Um diese Reaktionen möglichst einzugrenzen, forderte Freud von allen Psychoanalytikern die Durchführung einer Selbstanalyse, um die eigenen Anteile an der komplizierten Beziehung zwischen Arzt und Patient verstehen zu können. Die Selbstanalyse sei letztendlich eine Grundvoraussetzung für die analytische Arbeit. Freud betonte, dass jeder Analytiker nur so weit kommt, als seine eigenen Komplexe und inneren Widerstände es gestatten. Eine nicht erkannte Gegenübertragung sei ein schwerwiegender Fehler, wenn der Analytiker auf seinen Patienten unbewusst so reagiert, als sei der Patient eine bedeutsame Person in der frühen Lebensgeschichte des Analytikers.

Freud erkannte, dass sowohl die Psychoanalyse als Therapieform als auch die Selbstanalyse



lyse oftmals unvollständig und unbefriedigend in ihren Ergebnissen bleiben. Er empfahl deshalb in *Die endliche und die unendliche Analyse* (1937), ein Analytiker solle alle fünf Jahre erneut in Analyse gehen. Freud kam auf die Notwendigkeit der Lehranalyse auch durch die Erfahrung mit der Mesalliance zwischen Carl Gustav Jung und Sabina Spielrein. In diesem Fall hatte sich nicht die Patientin in den Arzt, sondern der Arzt in die Patientin verliebt, und Jung war nicht bei dem bloßen Bekenntnis stehen geblieben (siehe Kapitel »Jungs Leben«).

### Kritische Würdigung

Die Widersprüche und Ungereimtheiten in Freuds Konstrukt fallen sofort auf. Ein Beispiel für die Verwechslung des Arztes mit einer früher wichtigen Person des Patienten hatte Freud nie geliefert. Wenn dies so wäre, würde das soziale Leben oder zumindest die Psychotherapie generell schwer durcheinander kommen. Das ist glücklicher Weise nicht der Fall. Auch ging Freud lange Zeit davon aus, dass ein korrektes Verhalten des Analytikers vorliegt. Die Verantwortung für eine negative Reaktion in der Therapie sah Freud zunächst noch allein beim Patienten. Freud behauptete (*Über Psychoanalyse*, 1910), dass die Gefühle des Patienten gegenüber den Therapeuten mit der realen Beziehung nichts zu tun hätten. Freud nannte die Beziehung und damit auch die Übertragungsneurose »künstlich«, als ob es keine reale Beziehung zwischen Patient und Therapeuten gäbe. Und vielleicht hat er damit sogar Recht, die Psychoanalyse ist ein weitgehend künstliches Gebilde, entsprungen der Fantasien Freuds. Sie führte aber in der Folge dazu, dass Psychoanalytiker alle Äußerungen ihrer Patienten immer sofort auf sich bezogen, was den Fortgang der Therapien sicherlich erschwerte. Freud wurde vorgeworfen, mit dem Konstrukt der Übertragungsneurose könne die frühe Psychoanalyse die aktuelle Beziehung zwischen Patient und Therapeut nicht als Wert an sich und nicht für real

nehmen. Jedenfalls verschwand die tatsächliche Beziehung des Patienten zum Therapeuten in der klassischen Psychoanalyse erst einmal aus dem Blick.

Auch kann sich die frühe Psychoanalyse nicht entscheiden, ob die Übertragung pathogen ist oder nicht. Eine positive Übertragung in der Therapie wurde und wird als gute Voraussetzung für die Therapie angesehen. Warum sollen gute Gefühle aus der frühen Kindheit, die sich als Übertragung zeigen, zum Verschwinden gebracht werden? Offenbar muss hier differenziert werden. Durch unkluge Formulierungen trug Freud zur Verwirrung bei. »Im Feuer der Übertragungsliebe« (Freud 1917) sollten die Widerstände der Patientinnen schmelzen. Das führte zum Dauerwitz in der Psychoanalyse, dass sich jede Patientin in den Therapeuten verlieben wird. An anderer Stelle galt die Verliebtheit als Hindernis für eine wirkliche Heilung, und Freud warnte vor jeglichem »Liebesleben im Behandlungszimmer«. Doch zeigt jedes Liebesgefühl in einer Therapie wirklich nur infantile Züge des Gefühlslebens? Freud formulierte mehrmals mit Nachdruck, dass die Therapie »in der Versagung« stattzufinden habe, der Patientin also die Entfaltung ihrer Liebe versagt werden müsse. Der Arzt habe abstinent zu sein.

Ein Grundfehler des Übertragungskonzeptes scheint die Annahme zu sein, dass frühere psychische Erlebnisse am Arzt wieder lebendig werden, statt anzunehmen, dass durch die Gespräche über die Vergangenheit diese früheren Erlebnisse lebendig werden, unabhängig vom Therapeuten. Auch ist nicht einsichtig, warum die Bearbeitung der (negativen) Übertragung der schwierigste Teil der analytischen Technik sein soll, wie Freud betonte. Man wird doch den Patienten schnell darüber aufklären können, dass der Therapeut nicht der Vater ist, sondern eine andere Rolle hat. Wieder sagt die unvoreingenommene Erfahrung, dass bis auf Fälle schwerer psychischer Störung die Patienten

den Therapeuten als das sehen, was er ist: ein hilfreicher, professioneller Begleiter.

Worin Freud Recht hatte war, dass die Beziehung zwischen beiden Protagonisten von entscheidender Bedeutung für den Erfolg der Therapie ist. Diese in der Regel hoffentlich gute Beziehung kann natürlich gestört werden, beispielsweise durch Therapiefehler des Arztes, durch die Angst des Patienten, zu abhängig vom Arzt zu werden, oder durch zu große Angst vor dem Bearbeiten von Traumata. Eigentlich sollte es reichen, eine negative Übertragung zu erkennen und gemeinsam zu überwinden. Abgesehen davon, dass das Wort »zärtlich« für die Beziehung des Patienten zum Therapeuten etwas abwegig erscheint, ist natürlich eine vertrauensvolle, wertschätzende Stimmung zwischen den beiden unerlässlich für einen Therapieerfolg.

Die Erfahrung lehrt, dass eine positive Übertragung selbst bei schmerzhaften, negativen unbewussten Konflikten, die aus der Kindheit stammen, zu Stande kommen kann; in der frühen psychoanalytischen Theorie ist dieser Fall nicht vorgesehen. Vorgesehen war auch nicht, dass Probleme aus der jüngeren Vergangenheit der Patienten herrühren können. Und es wurde auch noch nicht daran gedacht, dass ungeschickte, unempathische, schweigende, undurchschaubare Therapeuten berechtigten Widerstand hervorrufen können.

### Heutige Auffassung

Trotz aller Differenzen hatte Alfred Adler im Prinzip kein anderes Übertragungskonzept als Freud, wenngleich Adler es vermied, diesen Begriff zu verwenden. Der Patient in seiner trainierten Charakterhaltung könne gar nicht anders, als auch die Psychotherapie zunächst in seine Sicherungstendenz, seine Überlegenheitssucht und sein neurotisches Arrangement einzubauen, meinte Adler. Es sei ein Paradox, dass der Neurotiker an Symptomen und »sichernden Bereitschaf-

ten« festhalte, die ihn daran hindern, sein Problem zu lösen. Adlers Ablehnung des Begriffs Übertragung ist nicht durchgängig und entsprang eher dem Ehrgeiz, psychoanalytische Termini zu vermeiden, denn einer inhaltlichen Differenz. Im Grunde wird nichts anderes damit bezeichnet, als was die Psychoanalyse darunter versteht: Die Übertragung ist ein Wiederdurchleben der Vergangenheit, ein Missverstehen der Gegenwart gemäß der Vergangenheit. Eine negative Übertragung sah Adler aber nicht als unvermeidlich an. Sie werde allerdings bereitgehalten, um die Neurose notfalls zu sichern.

Medard Boss, um einen weiteren Kritiker Freuds zu nennen, hielt dessen materialistische Herangehensweise für grundlegend verfehlt und lehnte den Begriff Übertragung kategorisch ab. Übertragung wäre im Sinne Boss' nur dann eine Wiederholung frühkindlicher Verhaltensweisen des Analysanden, wenn der Analytiker aufgrund eigener ungelöster Probleme sich tatsächlich gemäß den Erwartungen des Analysanden verhalten würde. Das Übertragungskonzept ist in der Daseinsanalyse allerdings umstritten. Drückt »Übertragungsliebe« nicht echte mitmenschliche Gefühle aus, fragten einige Daseinsanalytiker. Und müsse nicht zwischen freien und unfreien Beziehungen des Analysanden zum Therapeuten unterschieden werden? Die von Boss begründete Daseinsanalyse spricht überhaupt lieber von *Beziehung* als von Übertragung, und das trifft den Sachverhalt deutlich besser.

Freud sah in der Übertragungsneurose einen Widerstand gegen die Therapie, den Therapeuten und die Heilung. Andere Autoren unterschieden sorgfältig zwischen berechtigtem und unberechtigtem Widerstand, zwischen förderlicher und hemmender Beziehung und kamen damit dem tatsächlichen Geschehen in der Therapie viel näher. Otto Rank meinte, schon das psychoanalytische Setting fordere Widerstand heraus, weil der Analysand aufgefordert werde, seinen Willen

auszuschalten. Das Hinlegen auf eine Couch und die geforderte völlige Offenheit können als Gesten der Unterwerfung unter den Therapeuten aufgefasst werden – und ist von diesem vielleicht sogar intendiert. Welche Gefühle können in einer Frau hochsteigen, die sich in Gegenwart eines Mannes auf eine Couch legen soll? Heute ist Konsens, dass eine nicht erkannte negative Gegenübertragung ein schwerwiegender Therapeutenfehler ist. Vom Therapeuten erwartet man theoretisches Wissen, Lebenserfahrung und Anleitung, aber er sollte nicht vergessen, dass er selber mit seinen ihm eigenen lebensstiltypischen Mustern und seinem Unbewussten eingebunden ist in das Interaktionsgeschehen.

Ein weiterer Fehler wäre es, den Widerstand des Analysanden nicht ernst zu nehmen. Es gehört leider nach wie vor zum Wesen der Übertragungsanalysen innerhalb der Psychoanalyse und der Individualpsychologie, das Verhalten des Patienten als Abwehr, als Liebeswerben oder als Machtmanipulation zu interpretieren, mit dem er frühkindliche Reaktionsformen wiederholt und auf den Analytiker anwendet. In dieser Auffassung wird das Verhalten des Patienten im Sinne der Begegnung nicht ernst genommen, sondern als neurotisch oder infantil abgewertet. Das Widerstandskonzept der klassischen Psychoanalyse und der frühen Individualpsychologie verschafft nur zu leicht eine bequeme Ausrede, wonach jedes Stocken oder Stillstehen dem Analysanden zur Last gelegt werden kann.

Natürlich kann sich der Patient unkooperativ, feindselig, überheblich oder destruktiv verhalten, worauf der Analytiker eventuell mit Wut, Ärger und Distanz reagiert bis hin zu dem Punkt, den Störenfried hinauszuerwerfen. Es kann sich um berechnete Gefühle des Therapeuten handeln. Der Therapeut ist kein Mülleimer, den man ungestraft mit Unrat beladen darf. Er hat, wenn es der Patient gar zu bunt treibt, ein Recht auf adäquate Reaktion und Schutz, auf »Widerstand« gegen

den Patienten. Bei allen Widerstandsphänomenen muss der Therapeut sich fragen, ob nicht sein Verhalten und seine Vorgehensweise Widerstand induzieren. Der Therapeut muss ständig des Übertragungsgeschehens im Auge behalten und die erwachsene Begegnung zweier gleichwertiger Menschen von den neurotischen und infantilen Bedürfnissen des Patienten unterscheiden können.

In der Therapie ist es die positive Übertragung, die Aufrichtigkeit ermöglicht. Jürgen Habermas nennt es »ideale Sprechsituation«. Was verdrängt wird, sollte kommuniziert werden. Kommunikation heißt auch: Offenheit und Transparenz. Woraus unter anderem folgt, dass der Therapeut und nicht der Analysand ins Unrecht gesetzt wird, wenn die positive Übertragung nicht zustande kommt. Der Kranke irrt sich nur, der Therapeut aber ist inkompetent.

Von Freud ausgehend haben die Konzepte von Übertragung und Gegenübertragung eine deutliche Wandlung erfahren. Schon in der Neopsychoanalyse wurde das Miteinandersein der Menschen stärker in den Blick genommen. Übertragung bezeichnet heute in allen tiefenpsychologischen Schulen die Beziehung des Patienten zu seinem Therapeuten. Damit erübrigte sich auch die distanzierte Spiegel-Haltung des Therapeuten, die nur noch in den orthodoxen Ablegern der Psychoanalyse hochgehalten wird. Betont wird vielmehr das gefühlsmäßige Beteiligtsein des Therapeuten am therapeutischen Geschehen. Die scheinbar klare Subjekt-Objekt-Rollenverteilung wurde aufgeweicht und zugleich die Gefahren der sexuellen Gegenübertragung klar benannt. Vom Therapeuten wird ein hohes Maß an kontrollierter Subjektivität verlangt. Heutzutage ist es Allgemeingut, dass der Therapeut auf seine Gefühle dem Patienten gegenüber zu achten hat.

Es geht also nicht um abgemessene Libidomengen, die von einem Subjekt zu einem Objekt verschoben werden, sondern um eine zwischenmenschliche Beziehung. Dabei ist

einiges zu beachten. Beide Protagonisten einer Therapie sind prinzipiell gleichwertig, doch bestehen zugleich Unterschiede. Es kommen zwei Menschen zusammen, von denen der eine in Schwierigkeiten steckt, die er nicht alleine lösen kann, und der andere Wissen und Lebenserfahrung einbringt, die beim Lösen der Probleme hilfreich sein können. Von beiden ist Geduld gefordert, vom Therapeuten zusätzlich Kompetenz. In der meist länger dauernden Zusammenarbeit kann es kaum ausbleiben, dass Sympathien entstehen, die auf gegenseitigem Verstehen beruhen. Sympathie, Verständnis und Einsicht sind Motoren für Entfaltung, Entwicklung und Reifung. Es wäre zu kurz begriffen, diese Gefühle nur als unreflektierten Abklatsch der Eltern-Kind-Beziehung aufzufassen.

Vom Therapeuten wird dabei viel erwartet. Ohne grundsätzliches Interesse am Patienten sollte keine Therapie begonnen werden. Der Therapeut sollte eine Person beziehungsweise Persönlichkeit sein, die Vertrauen, Kompetenz und Ruhe ausstrahlt. Er muss ein zugewandter, einfühlsamer, umgänglicher, humorvoller und halbwegs glücklicher Mensch sein. Diese Anforderungen sind keineswegs leicht zu erfüllen. Die Lehranalyse soll ihm helfen, etwaige Lücken zu erkennen. Selbst eine langjährige Charakteranalyse, auf die die klassische Psychoanalyse so stolz ist, bietet keine Gewähr, die genannten Eigenschaften zu erwerben. Die Spiegel- und Chirurgenhaltung hat schon manche Analysanden verunsichert und abgeschreckt. Einige Therapeuten folgen noch der überholten Vorstellung, das Unbewusste des Patienten müsse mehr oder minder gewaltsam aufgebrochen werden. Derartige Therapeuten kann man fast schon Sadisten nennen. Sie inszenieren die Therapie als Zweikampf.

Es ist heute unbestritten, dass negative Gefühle des Patienten den Heilungsprozess ebenso durchkreuzen wie negative Gegenübertragungen. Es wird anerkannt, dass der

uneinfühlsame Therapeut ein ebenso großer Störfaktor sein kann wie ein unkooperativer Patient. Ein Sich-Verlieben ist nur eine der vielfältigen Möglichkeiten einer Therapieentwicklung. Die Abstinenzregel gilt nach wie vor, sexuelle Beziehungen sind tabu. Angst ist ein ebenso großer Verzerrer einer Therapie. Die weitgehende Angstfreiheit des Therapeuten ist eine weitere Voraussetzung. Er darf und soll keine Angst vor dem Patienten und seinen manchmal aggressiven und eruptiven Regungen haben und Techniken kennen, diese einzuhegen.

Weniger bekannt ist, dass auch der Patient einige Eigenschaften mitbringen muss, um das therapeutische Gespräch fruchtbar zu gestalten. Im Grunde zeigt der Patient mit dem Aufsuchen eines Therapeuten bereits eine gewisse seelische Gesundheit; er scheint in der Lage, Hilfe zu suchen und annehmen zu können. Das spricht für seine Offenheit. Die Wahrnehmungsverfälschungen, die Freud glaubte zu sehen, sind in der Realität kaum vorhanden. Die allermeisten Patienten wissen, dass sie einen *Therapeuten* vor sich haben. Es gilt aber auch, dass Patienten ihre in Kindheit und Jugend erlernten und erprobten Verhaltens- und Kommunikationsmuster einbringen. Diese können manchmal kontraproduktiv sein. Zu einem Kampf um die Deutungshoheit und ums Rechthaben kommt es selten, wenn der Therapeut die Finten durchschaut und sich nicht darauf einlässt.

Die neuere Tiefenpsychologie ist sich einig, dass in der Regel eine mild positive Übertragung und Gegenübertragung das günstigste Klima für einen gedeihlichen Therapieprozess darstellen. Die Emotionen sollen nicht hochkochen, ebenso wenig wie sie ins Gelangweilte und Desinteressierte abflachen dürfen. Patient und Therapeut sollten sich nicht gegenseitig glorifizieren, stattdessen sich realistisch und wohlwollend sehen. Alle Beziehungs-dramen erschweren die therapeutische Arbeit. Das gilt für die Neurosen-

behandlung, in denen der Patient nicht so weit gestört ist, dass er die Grundlagen des Setting unterminiert. Dramen bahnen sich vornehmlich bei Persönlichkeitsgestörten an, die ständig erwarten, dass der Therapeut die Behandlung abbricht. Diese Patienten sind zunächst besser in einer Klinik aufgehoben, wo das Team die negativen Übertragungstürme auffangen kann.

Die Psychoanalyse fordert den Patienten in besonderer Weise. Er soll in die freie Assoziation hineinkommen, die möglichst nicht versiegen soll. Dazu gehören eine gewisse Eloquenz und der relativ freie Zugang zum eigenen Gedankenstrom. Nur wenige sind dazu in der Lage. Ihnen ist mehr geholfen, wenn sie zumindest zu Beginn einer Therapie durch gezielte Fragen und Nachfragen angeleitet werden. Die freie Assoziation über Hunderte von Stunden empfinden die meisten als ziemlich mühsam, weshalb sich kürzere dynamische Therapien durchgesetzt haben. Es ist größtenteils nicht nötig, dass die Patienten durchanalysiert werden. Die Korrektur von einer oder zwei dysfunktionalen Einstellungen reicht normalerweise. Danach kann und soll der Patient seine Selbsterforschung allein fortsetzen. Derartige Kurztherapien haben deutlich weniger Übertragungskomplikationen, da sich beide Beteiligten auf eine Sachaufgabe konzentrieren. Die Psychoanalyse ist im Vergleich dazu ein ziemlich schwerfälliges Instrument, welches negative Übertragungen und Widerstand aus sich heraus produziert.

Psychotherapeuten (besonders die jungen) brauchen Technik, um einigmaßen sicher

in den Untiefen einer Therapie navigieren zu können. Noch mehr aber ist Therapie ein Beziehungsgeschehen. Auch der Therapeut rang oder ringt mit Lebensproblemen und kann sich mit dem Patienten solidarisieren. In allen Berufen, die mit den Menschen direkt zu tun haben, wird der professionelle Helfer auf die Probe seiner beruflichen und menschlichen Integrität gestellt. Es ist wahrlich nicht leicht, einen Menschen aus seiner Hilflosigkeit und Not herauszuführen. Fürsorgliche Gefühle spielen dabei eine zentrale Rolle. Bei aller formalisierten Diagnostik: Das Gefühl ist mit das wichtigste Diagnostikum eines Therapeuten, auch für die Übertragung. Darauf sollte er sich verlassen können.

Die Handhabung der Gegenübertragung wurde zu einem zentralen Aspekt einer psychodynamischen Behandlung. Um die Gegenübertragung in der Therapie beherrschen und die gleichschwebende Aufmerksamkeit und Zuwendung wie gefordert anwenden zu können, bleibt es notwendig, sich als Therapeut eine intensive Selbstanalyse zuzumuten. Der Analytiker darf in sich selbst keine Widerstände dulden, Unbewusstes oder Unerfreuliches von seinem Bewusstsein abzuhalten. Er soll in der Lehrtherapie seine eigenen Komplexe erfahren haben, da jede seiner Verdrängungen einem blinden Fleck in seiner professionellen Wahrnehmung entspricht. Die Selbstanalyse ist prinzipiell nie abgeschlossen; immer wieder sollte der Analytiker die Erforschung der eigenen Person fortsetzen, wie es schon Freud 1914 in seinem *Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung* empfahl.

## 16. Widerstand und Verdrängung

---

Wie kommt es, dass Menschen Offensichtliches verleugnen, Sicht- und Fühlbares nicht zur Kenntnis nehmen, leben, als ob gewisse Tatsachen, die sie angehen, nicht existieren? Verdrängungen sind die Quellen von Missverständnissen und Leiden, und doch scheinen die Menschen mit großer Hartnäckigkeit an ihnen zu hängen. Einmal aufmerksam geworden, scheinen Verdrängungen allgegenwärtig, sogar bei einem selbst. Das kollektive Leugnen der deutschen Gräueltaten während der Nazi-Zeit ist zum Prototyp der Verdrängung geworden; man wollte ganz einfach die Vergangenheit vergessen. Die geleugnete Brutalität Deutschlands im Zweiten Weltkrieg scheint aber auch nur emblematisch für einen allgemeinemenschlichen Zug: Überhört wird, was nicht gerne gehört werden will, egal ob in Deutschland oder anderswo. Der Mensch ist »die Leugnungsmaschine der Natur«, schrieb der amerikanische Dramatiker Arthur Miller in seiner Autobiographie, die Verdrängung sei der Kitt seines jederzeit gefährdeten Ich. Der vielschichtige Prozess des Leugnens der Wahrheit führt in die Zerstörung, von Individuen ebenso wie von Nationen – und es wird geleugnet, dass genau dies geschieht. Auf eine komplizierte Weise sind Verleugnen und Verdrängen Überlebensstrategien, aber auf Dauer lassen sie die Seele und die Zivilisation sterben. Zuzugeben, etwas zu wissen (d.h. ein bestimmtes Gefühl, eine Erinnerung an ein Erlebnis, einen Wunsch), dessen Existenz man vorher leugnete oder nicht klar in den Blick nahm, gehört in der Psychotherapie mit zu den Durchbrüchen in Richtung seelische Gesundheit.

Die Tiefenpsychologie hat nach Worten gesucht, den Mechanismus der Verleugnung ans Licht zu bringen und stieß auf den Vor-

gang der Verdrängung. Schon zuvor hatten die französischen Moralisten, hatten Schopenhauer und Nietzsche die Tatsache der Verdrängung erkannt. Ein Aphorismus von Friedrich Nietzsche dazu fehlt in keiner Abhandlung zu dem Thema: »Das habe ich gethan« sagt mein Gedächtniss. Das kann ich nicht gethan haben – sagt mein Stolz und bleibt unerbittlich. Endlich – giebt das Gedächtniss nach.«

Bei der Frage nach Wesen und Bedeutung von Verdrängung ist es unumgänglich, sich zunächst wieder der Psychoanalyse Sigmund Freuds zuzuwenden. Denn er war es, der als erster den psychischen Vorgang der Verdrängung und seine Folgen ausführlich beschrieb und diesen Begriff in die Tiefenpsychologie einführte und verankerte. Er maß dieser Thematik zeitlebens große Bedeutung zu und erklärte die Verdrängungslehre zu einem Grundpfeiler seines theoretischen Lehrgebäudes. Er entwickelte eine sublimale und in Umfang und Detailgenauigkeit bis heute unübertroffene Theorie, welche im Laufe der Jahrzehnte über den engeren Rahmen der psychotherapeutischen Praxis hinauswuchs und eine seelische Eigentümlichkeit beschreibt, die offenbar für alle Menschen Gültigkeit besitzt. Verdrängung ist nicht das einzige Verfahren des Ich, um – wie Freud es sah – unerfreuliche Triebe beziehungsweise deren geistige Abkömmlinge in Schach zu halten. Im psychoanalytischen Sinne ist Verdrängung ein psychischer Schutz ebenso wie eine geistige Lücke, ein Denkverbot mit weitreichenden Konsequenzen für das Individuum wie für die Kultur.

## Psychoanalyse

Wir müssen wieder über einhundert Jahre zurückgehen und Sigmund Freud in Wien besuchen, wo er gerade dabei ist, anhand der Behandlung sogenannter Hysterikerinnen – machtlosen Frauen mit auffälligen körperlichen Symptomen in einer patriarchalischen Gesellschaft – sein System der Psychoanalyse zu entwickeln. Vom historischen Ablauf her gesehen ist der Begriff des Widerstands im Verhältnis zu dem der Verdrängung der etwas ältere. Ihre Relation zueinander ist einfach zu beschreiben: Die Hysterikerinnen schienen Mühe (oder Unlust) zu haben, sich wichtiger Begebenheiten ihres Lebens zu erinnern. Dieser Widerstand gegen das Erinnern und Aussprechen behinderte den Fortgang der Therapie und die seelische Gesundung. Widerstand ist das äußere Zeichen für einen intrapsychischen Schutz namens Verdrängung. Für Freud war Verdrängung krankmachend: »Der pathogene Vorgang, der uns durch den Widerstand erwiesen wird, soll den Namen Verdrängung erhalten«, schrieb er 1895.

Seiner Auffassung nach richtet sich Widerstand gegen das Bewusstwerden traumatischer Erlebnisse ebenso wie gegen unerwünschte Triebregungen und Konflikte, an erster Stelle den Ödipus-Konflikt. Was die Patientinnen nicht erinnern konnten, schienen sie in ihren Anfällen und Leidenszuständen zu durchleben. Ein Lehrsatz der frühen Psychoanalyse war: »Der Hysterische leidet größtenteils an Reminiszenzen« (Freud/Breuer 1893), also an verborgenen Erinnerungen an sexuelle Traumata in seiner frühen Kindheit. Er konnte damals nicht adäquat reagieren, jetzt »lebt« (agiert) er Erfahrungen seines Werdeganges, die eigentlich erinnert, ausgesprochen und gebannt werden sollten. Er wehrt sich gegen Deutungen und Hinweise, verschlechtert seine Beziehung zum Analytiker, wird widerpenstig und sabotiert unter Umständen die Analyse. »Wir heißen alle die Kräfte, die sich

der Genesungsarbeit widersetzen, die ›Widerstände‹ des Kranken« (Freud 1926).

In dieser Phase konnte sich Freud den Widerstand wie auch die Verdrängung nur als neurotisch denken: Warum nur sperrt sich der Patient gegen seine (seelische) Gesundung? Dafür gab es viele Gründe, angefangen beim ungewohnten Setting, aber in letzter Konsequenz nahm Freud an, dass ein »Todestrieb« waltet; der Patient will oder kann nicht wirklich gesund werden. Bei Frauen käme noch der »Penisneid« hinzu, der es den Patientinnen verunmögliche, eine ernsthafte, selbstständige Person zu werden. Die Männer wiederum hätten eine letztlich unüberwindliche Abneigung dagegen, eine gleichberechtigte Beziehung zu einem anderen Mann (dem Therapeuten) einzugehen. Sie könnten sich von einem starken Gegenüber nie und nimmer etwas sagen lassen, was einen Heilungsfortschritt verunmögliche. So erklärte sich Freud die enormen Widerstände in seiner Therapie, was ihn zum Ende seines Lebens hin pessimistisch den Therapiefolgen der Psychoanalyse gegenüber werden ließ. Später sah Freud Widerstand nicht nur von innerpsychischen Quellen gespeist, sondern auch durch äußere Umstände hervorgerufen und verstärkt, beispielsweise durch die öffentliche Ablehnung der Psychoanalyse.

## Widerstand

Bleiben wir zunächst beim Widerstand, obwohl er unentwerrbar eng mit Verdrängung, Abwehr und Übertragung verknüpft ist. Freud erlebte den Widerstand als ein kontinuierliches Ringen mit seinem Gegenüber, das bis zum Ende der Therapie anhält. Praktisch jeder Schritt der Therapie werde von Widerständen begleitet. Der Patient lege dabei eine negative Übertragung an den Tag, das heißt, er behandelt den Therapeuten so, wie er einer wichtigen Person aus der frühen Kindheit gegenüber empfand – nämlich schlecht. Freud postulierte, der Patient entwickle zwangsläufig schlechte Gefühle dem

Therapeuten gegenüber, weil der ihn mit der Nase auf Unangenehmes oder Traumatisches aus der frühen Kindheit stoße. Der Patient reagiere mit einer Übertragungsneurose, welche Freud theoretisch zum Hauptbehandlungsthema einer Therapie machte (praktisch spielte sie kaum eine Rolle). Erst wenn Widerstand und Übertragungsneurose erkannt, durchgearbeitet und überwunden seien, könne an Genesung gedacht werden.

Widerstand zeigte sich ihm an vielen Stellen: im häufigen Versäumen von Therapiesitzungen, Zuspätkommen, Schweigen in der Sitzung, belanglosem Herumreden, Desinteresse, im latenten oder manifesten Kampfverhalten, Nichterledigen oder Vergessen von Verabredungen. Die psychoanalytisch orientierte Therapieform konzentrierte sich auf die Analyse dieser Widerstände, die vorsichtig gedeutet wurden, und strebte ein schrittweises Bewusstwerden der verschiedenen Widerstandsmanifestationen und ein graduelles Aufgeben derselben an.

Freud arbeitete darauf hin, dass Erinnerungen an (kindliche) sexuelle Traumata zustande kamen. In anderen Kapiteln wurde bereits darauf hingewiesen, dass es diese Traumata oftmals nicht gab, Freud aber darauf insistierte. Er glaubte an eine Verdrängung, obwohl es vermutlich nur der Widerstand gegen eine Zumutung war. Freud meinte, eine Gesetzmäßigkeit in der Behandlung gefunden zu haben. Als Konsequenz aus dem, was ihm von seinen Patienten *nicht* zugeflossen war, formulierte Freud die goldene Regel der psychoanalytischen Therapie: Die Patienten sollten wahrhaftig sein und dem Analytiker unzensiert alles erzählen, was ihnen in den Sinn kam. Die Regel der freien Assoziation sei die primäre Methode, um Widerstände zu umgehen, um die wache Zensur zumindest einzuschränken.

## Verdrängung

Für Freuds Mentor Josef Breuer war die Hysterie etwas Besonderes, ein seltener Krankheitszustand, Freud aber wollte eine Dynamik des Seelenlebens beschreiben, die bei jedem Menschen zu beobachten sei. Dazu wurde ab 1894 ein kompliziertes System erarbeitet, das mehrfach umgearbeitet wurde. Zu diesem System gehörten: die Abwehr »peinlicher Vorstellungen« und der damit verbundenen Affekte und die Verschiebung ihrer Inhalte ins Unbewusste sowie die Konversion des Affekts in ein körperliches, hysterisches Symptom. Die Verdrängung als einen Zwischenschritt zur Hysterie wandelte sich unmerklich und wurde zu einem Kernbestandteil der Psychoanalyse. Erst war Verdrängung Kernstück der Hysterie, dann ein ganz allgemeines Fernhalten von bestimmten Vorstellungen vom Bewusstsein. Ständig wandelten sich Freuds Vorstellungen; es ist kaum möglich anzugeben, was Freud »wirklich« meinte.

Was wird eigentlich abgewehrt und aus welchen Motiven? Es sei die Sexualität, die peinlich oder traumatisch ist. Später werden die Psychoanalytiker kolportieren, Breuer habe sich aus den Forschungen Freuds zurückgezogen, weil er irgendwie Angst vor der sexuellen Ätiologie der Hysterie gehabt habe. Tatsächlich wollte er nur die Sexualisierung psychischer Störungen nicht mitmachen. »Sexualität« hieß damals viel, unter anderem Masturbation, unerlaubte erotische Neigungen, hoffnungsloses Verliebtsein, das Auftauchen sexueller Empfindungen in der Pubertät und Verführung durch Kindermädchen und Hausangestellte. Das werde abgewehrt und sowohl ins Körperliche konvertiert als auch ins Unbewusste abgeschoben, so die Theorie.

Im »Therapeutischen Teil« der *Studien über Hysterie*, der von Freud verfasst wurde, sprach Freud im Fall Katharina verharmlosend von einer »Verführungsszene«, die



tatsächlich eine Vergewaltigung im 14. Lebensjahr war. Die zentralen Fallgeschichten von Anna O. und Elisabeth von R. wurden gar nicht unter dem Sexualaspekt analysiert. Emmy von N. hatte nicht unter abnormer Sexualität, sondern unter sexueller Abstinenz gelitten, weil ihr Mann impotent war. Auch anhand der Fallgeschichte der Patientin Lucy R. konnten die beiden, Breuer und Freud, ihre These von der Sexualätiologie kaum belegen. Das Kindermädchen Lucy R. war zerrissen in einem Konflikt, nämlich dem Schwur, auf die Kinder ihres Hausherrn zu achten, und der Drohung dieses Hausherrn, sie zu entlassen. Zudem litt Lucy unter der unerfüllbaren Liebe zu diesem Mann.

Auch in späteren Fällen fand Freud keine sexuellen Traumata, oder aber sie waren zu geringfügig (Streicheln, Annäherungsversuche oder sexuelle Anspielungen), als dass sie als Trauma angesehen werden könnten. Wie sollten diese relativen Harmlosigkeiten schwerwiegende Symptome hervorrufen können? Freud aber wollte von seiner fixen Idee nicht ablassen. Also musste er noch früher zurück in die Kindheit und diese Kindheit sexualisieren. Das geschah auf zweierlei Art, einerseits durch die sexualisierten Entwicklungsphasen oral, anal, ödipal, phallisch und genital, andererseits durch den Ödipuskomplex, der ja ein Mord- und Inzestwunsch ist. Der Wunsch, den gleichgeschlechtlichen Elternteil zu eliminieren und den andersgeschlechtlichen Teil sexuell zu besitzen sei so anstößig, dass er verdrängt werden müsse. Das ist die Urverdrängung. Urverdrängungen sind die ersten Verdrängungen in den Säuglings- und Kleinkinderjahren (sie verfallen der Amnesie), die ab der Pubertät aufgefrischt werden (»Nachdrängen«) und sich im Erwachsenenleben wiederholen, allerdings in entstellter Form als Symptome, Träume und Fehlleistungen (»Wiederkehr des Verdrängten«) (*Hemmung, Symptom und Angst*, 1915).

Ein wichtiger Punkt ist der Doppelcharakter der Verdrängung, eine Einsicht, die Freud

nicht durchgängig durchhielt. Wie schon betont, ist Verdrängung nicht von vornherein pathologisch, sondern zunächst ein Schutzmechanismus. Es ist unmöglich, die Grenze zwischen der normalen Abwehr und der pathologischen zu ziehen. Es wird bei Freud auch nicht ganz deutlich, in welchem Ausmaß Verdrängung und Widerstand eventuell auch bewusst sind. Es lassen sich sowohl Aussagen finden, dass die verdrängten Inhalte zumindest in der Kindheit gar nicht erst an die Oberfläche gelangen, als auch Stellen angeben, die einen bewussten Anteil an der Verdrängung zumindest nahelegen. Jedenfalls soll in einer Psychoanalyse ein gereiftes und erstarktes Ich eine Revision alter Verdrängung vornehmen; einige werden abgetragen, andere anerkannt, aber »aus solidem Material neu aufgebaut«. Die nachträgliche Korrektur des ursprünglichen Verdrängungsvorgangs wäre also die eigentliche Leistung der analytischen Therapie. Aber schon Ferenczi und Rank meinten 1924, viele vorsprachliche Lebenseindrücke seien nicht mehr rekonstruierbar, und ihre Rekonstruktion sei auch gar nicht nötig, um Einsicht in die aktuelle Psychodynamik von Verhalten und Erleben zu bekommen.

### Kritische Würdigung

Zunächst zum Widerstand: Obwohl Freuds Theorie des Widerstandes aus einem professionellen Fehler erwuchs, gilt gleichwohl, dass es Widerstand in der Therapie und auch sonst im Leben gibt. Wer möchte schon hören, was ihm peinlich ist? Wer kann schon leicht zugeben, dass er Fehler hat und Fehler macht? Die tiefenpsychologischen Schulen fügten aus diesem Grund weitere Quellen von Widerstand hinzu, darunter die Angst vor eigener Veränderung, die Angst vor Konflikten mit (Ehe-)Partnern, Familienmitgliedern und Freunden, die Angst vor Verlust des zugewandten Analytikers, die Scham vor bestimmten Wünschen und Phantasien sowie die Faulheit, bequeme Neurotizismen aufzugeben.

Freud und die frühen Psychoanalytiker konnten sich nicht vorstellen, dass es auch sinnvollen Widerstand gibt, beispielsweise gegen uneinfühlsame, schweigsame oder überfordernde Therapeuten. Freud kam nicht wirklich auf die Idee, speziell die sexuellen Deutungen seiner Analyse könnten gerade den weiblichen Patienten unangemessen sein. Bei den männlichen Patienten (dem »Wolfsmann« beispielsweise) war es die penetrante Diagnose einer latenten und unterdrückten Homosexualität, die vielleicht abstieß. Und das Insistieren auf das Vorhandensein eines Ödipuskomplexes (Mord am Vater, Inzest mit der Mutter) in einem jeden Patienten kam schon Carl Gustav Jung absurd vor.

Auf der Kindheitssexualität beruht Freuds ganzes Ideengebäude. Wenn die Hypothese zur Kindheitssexualität bzw. Sexualtrauma in der frühen Kindheit bröckelt, wird der Psychoanalyse das Fundament entzogen. Die Wiener Ärzte erkannten sofort, wie unhaltbar das ganze Konstrukt war. Breuer gehörte zu ihnen. Freud aber war begierig, mit der Konstruktion einer Universaltheorie Furore zu machen. Heute wird gesehen, dass er seine Patienten suggestiv mit seinen Konzepten vom sexuellen Geschehen bedrängte und er damit unnötig Widerstand hervorrief. Es war seine Methode selbst, die bei vielen Patienten und Kollegen nicht gut ankam.

Im Zuge der Weiterentwicklung der psychoanalytischen Entwicklungstheorie wird heute die Grundstörung in den verschiedenen Schritten des Loslösungs- und Individuationsprozesses der ersten drei Lebensjahre angesiedelt. Die negative therapeutische Reaktion ist deshalb oftmals Ausdruck tiefsitzender Einsamkeitsängste. Hier stoßen wir offenbar auf die wahren Quellen von Abwehr, Verdrängung und Widerstand.

Freuds zugrunde liegender Verdrängungsbegriff ist unscharf und fast beliebig interpretierbar. Mit den heutigen wissenschaftlichen

Methoden lässt sich nicht differenzieren, ob im Falle des Nichterinnerns keine Informationen im Gedächtnis vorliegen, oder ob diese vorliegen, jedoch nicht zugänglich sind. Es mehren sich Zweifel, dass die frühkindliche Verdrängung und die absolute Verdrängung im Freud'schen Sinne überhaupt existieren. Bisher ist keine experimentelle Methode bekannt, mit der es möglich wäre, das unbewusste Verdrängen von Gedanken oder Vorstellungen zu erfassen. Ob es gelingt, einen Gedanken abzuweisen, hängt auch nicht zwingend von seiner emotionalen Qualität ab. Sexuelles und Schamhaftes wird weder schneller noch häufiger zurückgedrängt als etwas Triviales und Alltägliches.

Freud selbst war der Widerspruch aufgefallen, dass der Mensch doch eigentlich nach Lust und Lustbefriedigung strebt, die Verdrängung aber ein Manöver ist, anstößige (ursprünglich lustvolle) Triebregungen ins Unbewusste zu verdrängen (statt mit Lust umzusetzen). Gegen die Existenz des Verdrängens von negativen Erfahrungen spricht die Posttraumatische Belastungsstörung, bei welcher aktuelle Schwierigkeiten gerade aus dem Nicht-Vergessen-Können von Erlebtem resultieren. Freud konnte die Widersprüche nicht auflösen. Heute ist die Meinung vorherrschend, dass man Erfahrungen wie sexuellen Missbrauch nicht vergessen kann, wohl aber kann man sich schwertun, darüber zu sprechen. Die Gefahr der Falscherinnerung ist in der Therapie latent vorhanden. Erinnerung versus Realität ist ein heikles und kniffliges Thema. In der frühen Tiefenpsychologie besteht eine Bereitschaft, traumatisierenden Erlebnissen nicht wirklich auf den Grund gehen zu wollen. Alice Miller betonte in ihren Büchern, die theoretischen Grundannahmen der Psychoanalyse »vergewaltigen« die Patienten erneut, indem reale Erniedrigungen als innerpsychische Konflikte gedeutet und eine berechnete Aggression auf Erziehungspersonen nicht zugelassen werde (z.B. *Du sollst nicht merken*, 1981).

Die modernen psychodynamischen Theorien anerkennen die Tatsache einer Verdrängung, kennen aber eine andere Ätiologie und Dynamik. Kindliche Bedürfnisse werden missachtet in Form von Ängstigungen, Kränkungen, Beschuldigungen, Enttäuschungen durch die bedeutsamen »Objekte«, d.h. den wichtigen Bezugspersonen. Die negativen emotionalen Erfahrungen werden internalisiert und führen zu einer nachhaltigen Verdrängung der Bedürfnisse, die dem bewussten Erleben nicht mehr zur Verfügung stehen, und die unter dem Druck der Abwehr eine unbewusste innere Dauerspannung hervorrufen. Diese Spannung führt, vor allem dann, wenn das Konfliktthema durch äußere Lebensereignisse berührt wird, zur Bildung von Symptomen der Angst, Depressivität oder von psychosomatischen Beschwerden. Verdrängungen sind verinnerlichte Konflikterfahrungen, die als eine bedeutsam unbewusste Determinante das Erleben des Jugendlichen oder Erwachsenen negativ färben. Es scheint also alles möglich: die bewusste oder unbewusste Verdrängung angenehmer wie peinlicher Gefühle ins Vorbewusste oder Unbewusste sowie ihr Verbleiben im Bewussten und Unbewussten und ihr Aufsteigen ins Bewusste, ferner die Hemmung, Auslöschung oder Bagatellisierung des Begleitaffekts. Der Wirkzusammenhang bleibt in Freuds Formulierungen rätselhaft.

### Heutige Auffassung

Eine wertvolle neue tiefenpsychologische Erkenntnis ist die, dass Verdrängung eine wichtige höhere seelische Leistung ist, und dass die Bewusstmachung des Verdrängten nicht zwangsläufig die seelische Gesundheit fördert. Traumatisierten Patienten geht es möglicherweise besser, wenn sie ihre schmerzlichen Erfahrungen verdrängen, statt sie in der Therapie von allen Seiten zu beleuchten. Diese Erkenntnis basiert zum Teil auf den Erfahrungen des 11. September 2001, als sich Scharen von Therapeuten um

die überlebenden Opfer kümmerten. Durch seelsorgerische oder therapeutische Gespräche besteht die Gefahr, dass ein Trauma erneut auflebt. Einige Untersuchungen deuten darauf hin, dass traumatische Erlebnisse bei manchen Menschen durch die Ermutigung, gleich nach dem Vorfall über sie zu sprechen, sogar noch tiefer in die Erinnerung eingebrannt werden. Verdrängen kann eine Coping-Strategie sein, eine Methode zur Problembewältigung. Verdränger haben manchmal zumindest kurzfristig weniger Probleme bei der Lebensbewältigung.

Eine Befragung von Herzinfarktpatienten ergab, dass es Patienten mit großen Ängsten und geringer Angstabwehr eine schlechtere Prognose haben als jene Leidensgenossen, die das traumatische Erlebnis beiseitelegten, wenig darüber nachdachten und sich entsprechend weniger Sorgen macht. Verdrängen im Sinne von bagatellisieren heißt ja nicht unbedingt verleugnen, sondern runterstufen. Es handelt sich um eine spezielle Form der Wahrnehmungsverarbeitung. Dieser Befund wird durch weitere Studien belegt. Befragungen von weiblichen Opfern sexuellen Missbrauchs, die nicht zu viel über ihr Trauma sprechen wollten, zeigten weniger Depressionen oder Angstzustände, waren weniger feindselig und besser angepasst. Traumata scheinen nicht dadurch besser bewältigt zu werden, dass man über sie spricht und sich ihnen stellt. Wer erfolgreich (stark) verdrängt, sitzt vermutlich nie beim Psychotherapeuten. Deshalb ist relativ wenig über erfolgreiches Verdrängen bekannt. Vielleicht ist Verdrängen sogar eine normale Methode zur Problembewältigung, und Menschen, denen das mit Erfolg gelingt, sind viel besser gewappnet für die vielen Tragödien, die das Leben nun einmal bereithält. Andererseits kennen Psychotherapeuten genügend Fälle, in denen eine offene Aussprache entlastend war. Es ist also beides möglich und es müssen Untergruppen gebildet werden.

Der amerikanische Psychologe George Bonanno (2012) hält deswegen Psychotherapien in der Behandlung traumatischer Erfahrungen für überbewertet und meint, dagegen helfe Ablenkung besser als tiefgreifende Auseinandersetzung. Er widerspricht damit der »Traumaindustrie« in den USA, die Therapeuten, Ratgeberverlagen, Talkshow-Moderatoren und Psychopharmakaherstellern viel Geld beschere. Er stellte fest, dass Versuchsteilnehmer, die ihre innere Sorgen und Nöte eher bagatellisieren, traumatische Ereignisse objektiv am besten verkraftet hatten. Nach zwei Jahren litten diese von Bonanno als Repressoren bezeichneten Menschen nur noch selten unter klassischen Trauersymptomen wie Weinkrämpfen oder Mutlosigkeit. Es scheint keine schlechte Idee zu sein, unangenehme Emotionen bewusst zu vermeiden. Wer sich nicht zu lange mit einem erlebten Grauen aufhielt, dem geht es besser. Bonannos räumt jedoch ein, dass nicht jeder Mensch in der Lage ist, traumatische Erlebnisse einfach und vor allem erfolgreich zu verdrängen. Einen Gedanken auf Kommando zu unterdrücken, hat nichts mit jener Verdrängung zu tun, wie Freud sie verstand. Der Vorsatz, nicht an eine Tafel Schokolade zu denken, kann kein Akt einer unbewussten Verdrängung sein, sondern ist

Ausdruck eines mentalen Kontrollprozesses, der dazu dient, eigene Ziele zu verwirklichen. In diesem Sinne gilt heute Verdrängung als eine wichtige Ressource eines starken Ich.

Das Problem ist nicht das Verdrängen, sondern das Nicht-Verdrängen- oder Nicht-Vergessen-Können. So sind etwa Angst- und Zwangspatienten außerstande, blasphemische, aggressive oder aufsässige Gedanken beiseite zu schieben. Auch ist es nicht der »Verdränger«, der Gefahr läuft, seelisch zu erkranken, sondern derjenige, dem es nicht gelingt, Krankheitsgedanken aus seinem Bewusstsein zu verscheuchen. Gesund ist demnach, wer negative Gedanken an Vergangenes oder an Schmerzliches wegzuschieben vermag und durch Gedankenkontrolle unterdrückt.

Diese Sätze drücken das Gegenteil der Eingangssätzen dieses Kapitels aus: Verdrängung als Unwahrhaftigkeit mit manchmal katastrophalen Folgen für Individuen und Nationen; Verdrängung als hohe Bewusstseinsleistung mit einem hohen salutogenetischen Wirkung. Wie die Lösung auch aussehen mag, sie liegt sicherlich nicht in einem Entweder-oder, eher schon in einem Sowohl-als-auch, durchaus auch zeitgleich nebeneinander.

## 17. Lebensaufgaben

---

Es war Alfred Adlers ureigene Idee, drei grundsätzliche Lebensbereiche zu benennen, in denen sich ein jedes Individuum unabänderlich bewegt und auf deren Herausforderungen es „Antworten“ finden müsse: Gemeint sind die Beziehungen zu den Anderen, die Erfordernisse der Freundschaft, die Teamarbeit im Berufsleben, die familiären Beziehungen und das grundsätzliche menschliche Miteinander, zusammengefasst in der Kurzform: Arbeit, Liebe und Gemeinschaft. Alle drei Lebensbereiche, untereinander durch das Gemeinschaftsgefühl verknüpft, sind in Adlers Vorstellung „unentrinnbar“, sie erwachsen aus der Bezogenheit des Menschen zur menschlichen Gesellschaft und zum anderen Geschlecht. Je nachdem, wie die Antworten ausfallen, werde es dem Individuum und seiner Gemeinschaft gut gehen – oder auch nicht. Ein Individuum könne nur dann als brauchbar bezeichnet werden, so Adler, wenn es im übergeordneten Sinne der Gemeinschaft eine Lösung findet für diese Lebensbereiche, die nur jene Menschen bewältigen, die soziales Interesse und ein ausreichendes Maß an Gemeinschaftsgefühl besitzen. Bereiche wie Kunst und Religion überragen die drei genannten Bereiche und wurden von Adler später – allerdings nur nebenbei – als ein vierter Lebens- und Aufgabenkomplex aufgefasst.

Er ging recht naiv davon aus, dass Freundschaften, dass das Arbeitsleben und dass die Ehe *per se* erstrebenswert und gut seien. Sofern man dies aus seinen Fallbeschreibungen herauslesen kann, ging es ihm darum, dass seine Patienten sich Anderen anschließen, Freundschaften eingehen, heiraten, Kinder bekommen und im Beruf tüchtig sind. Demgegenüber wird jeder mit etwas Lebenserfahrung bestätigen können, dass nicht jede Arbeit akzeptabel ist, dass nicht jede Ehe als verdienst, aufrechterhalten zu werden,

und dass Gemeinschaften bestimmte Bedingungen erfüllen müssen, um als lebenswert gelten zu können. Die Anpassung an empirische Gemeinschaften in ihrer tatsächlichen Beschaffenheit kann nicht stets der oberste Wert und damit das höchste Ziel für die Erziehung sein. Adler hatte sich wenig um derartige Relativierungen gekümmert. Auch das Verhältnis von Individuum und Gesellschaft war ihm kein Problem.

Adler war stark ausgerichtet auf die Berücksichtigung der Erfordernisse der Umwelt und der Gemeinschaft, während die Belange des Individuums bei ihm oftmals zu kurz kamen. Kooperation ist wichtig, „Einzelner werden“ und Individualität sind es in der Moderne freilich nicht weniger. Wenn es Konflikte zwischen Individuum und Gemeinschaft gibt, dann muss unter Wertgesichtspunkten nicht unbedingt immer die Gemeinschaft Recht haben. Über Adler hinausgehend sollte deshalb ein fünfter Komplex hervorgehoben werden, der für die Entwicklung eines bejahenswerten Lebens unbedingt notwendig ist. Diese fünfte Lebensaufgabe soll mit Carl Gustav Jung „Individuation“ genannt werden.

Schließlich gibt es sechstens noch den Körper, der gepflegt und umsorgt werden will, denn er ist die Grundlage aller anderen Lebensbereiche: ohne lebenden Körper kein soziales Leben, keine Liebe, keine Gefühle, keine Gedankentätigkeit und natürlich auch keine Erwerbsarbeit.

Adlers Konzept der Lebensaufgaben entstand ab etwa 1912 und ist eng verknüpft mit seiner dogmatisch vorgetragenen Grundannahme, dass „der Neurotiker“ vor den Lebensaufgaben flieht, sie vermeidet, weil er Niederlagen fürchtet, und sich auf Nebenkriegsschauplätzen verzettelt. Eine erste Verwendung von „Lebensaufgaben“

findet sich in dem Aufsatz „Zur Theorie der Halluzinationen“ von 1912. Dort erwähnt Adler einen Fall von Alkoholmissbrauch. Die Flucht in den Alkohol erfolgte nach einem beruflichen Zusammenbruch, den der willensschwache Mann nicht verhindern konnte. Die Delirien brachten ihn ins Krankenhaus „und erlösten ihn von der Erfüllung seiner Lebensaufgabe“. Oder Adler wies 1927 (in *Menschenkenntnis*) auf das allgemeine Schicksal junger Frauen hin, denen in der damaligen Zeit suggeriert wurde, sie seien – im Verhältnis zum Mann – weniger wert, die den Mut verlieren, „nicht mehr recht zugreifen wollen und schließlich vor den Aufgaben des Lebens zurückschrecken“. Auch sonst könne durch falsche Erziehung und ungünstige Lebensumstände der Mensch entmutigt werden, so dass der Betreffende „zurückschreckt, feige und wehleidig wird und immer nach einer Ausrede sucht, um seinen Aufgaben auszuweichen“. Im Prinzip ist das Adlers Definition für Neurose.

Alle Symptome sind in individualpsychologischer Sicht Ausdruck des Scheiterns an oder Ausdruck des Ausweichens vor den Aufgaben des Lebens, zugleich Ausdruck der Ängste, die wach werden bei dem Gefühl, dem Leben nicht gewachsen zu sein. Die Neurose ist ein „Sicherungssystem“ vor den Anforderungen des Lebens, wenn nämlich das „Ziel der Überlegenheit“ bedroht erscheint. Das „Ziel der Überlegenheit“ ist ein unpräziser Ausdruck für jene Situationen, in denen ein Mensch zurückzuckt vor Aufgaben, denen er sich nicht gewachsen fühlt und wo die Einsicht droht, nicht so großartig und unverletzlich zu sein, wie das Ich-Ideal einem vorgaukelt. Adler nahm an, mit der neurotischen Erkrankung könne der Betreffende ein Gefühl der unverletzten Überlegenheit (über die Schwierigkeiten, über Andere) aufrechterhalten. Adler berücksichtigte nie Situationen, in denen ein Individuum objektiv überfordert ist. Sogar das Ausweichen oder die Angst vor einer Todesgefahr im Gemetzel

des Ersten Weltkriegs wertete Adler als feiges Ausweichen und als mangelndes Gemeinschaftsgefühl gegenüber den Kameraden, nicht als kluge oder aus der Not geborene Überlebensstrategie.

Grundsätzlich ging es ihm darum, ob einer „mitgeht“ oder ob er zögert, ob er gemeinschaftsdienliche oder gemeinschaftsschädliche Antworten auf die wechselnden Herausforderungen des Lebens gefunden hat. Zwischentöne und unklare Gemengelagen konnte Adler nicht. Jedes Zögern (auch vor schwierigen Aufgaben) war ihm Ausdruck mangelnden Gemeinschaftsgefühls und damit von Neurose. „Der Neurotiker“ habe in mindestens einem, meist aber in mehreren oder sogar allen diesen Bereichen keine befriedigende Lösung gefunden, beziehungsweise er meide sie. Er ergreife die Flucht vor ihnen, der Homosexuelle beispielsweise fliehe vor der Aufgabe einer heterosexuellen Partnerschaft, der Geizige vor der Solidarität mit den Armen.

Adler meinte, der Patient könne und solle zunächst Verantwortung für sich und seine Lebensaufgaben übernehmen, dann aber auch Mitverantwortung für seine Familie, schließlich – wenn es seine Kräfte zulassen – für einen größeren Menschenkreis und für die Natur. Seine gesamte Lebensphilosophie ist von Aussagen zu den drei Lebensaufgaben durchzogen, wenn auch vornehmlich in der unzureichenden, pathologischen Defizit-Variante. Positive Formulierungen finden sich nur selten. Im Folgenden sollen Adlers drei bzw. vier Lebensbereiche vorgestellt und um zwei weitere ergänzt werden: Individuation und Körperlichkeit.

## Arbeit

Erwerbsarbeit sichert den eigenen Lebensunterhalt und nützt mehr oder weniger der Gemeinschaft – auskömmlicher Lohn, gute Bildung und bestmögliche Verteilung von Arbeit und Konsum als selbstverständlich

vorausgesetzt. Die Berufsfrage behandelt die Art und Weise, wie jemand seine Fähigkeiten und Kräfte in den Dienst einer größeren Aufgabe stellt, ob er teamfähig ist und mitdenken kann. Beim Ergreifen eines Berufs spielen äußere Notwendigkeiten und innere Bereitschaften eine Rolle. Der Erfolg im Beruf ist abhängig von sozialer Anpassung an den Vorgesetzten, an die Kollegen und an die Kunden und Klienten. Die Berufsfrage wird in unserem Kulturkreis noch relativ häufig gelöst, weil der Druck der Realität, durch Erwerbsarbeit seinen Lebensunterhalt zu verdienen, intensiver ist als auf den anderen Gebieten. Im gesellschaftlichen Umgang und in den erotischen Beziehungen sind Schwierigkeiten häufiger anzutreffen.

Im Bereich der Erwerbsarbeit sind also Themen angesprochen wie Einsatz und Nützlichkeit für sich und andere, Beitragsleistung für das Funktionieren des Ganzen, Teamfähigkeit, Kooperation, eigenständige Lebensführung durch eigenes Einkommen, Produktivität, Stetigkeit und Stringenz, unter günstigen Bedingungen auch Kreativität. Adler erwähnte Arbeitslosigkeit und Armut als neurosefördernde Umgebung oft nur am Rande, angemessene Bezahlung und Arbeitsbedingungen schienen ihm eine selbstverständliche Voraussetzung. Heute müsste noch einiges mehr problematisiert werden, wie beispielsweise der Niedergang der Gewerkschaften, das Fehlen von Betriebs- und Personalräten, Konflikte im Umgang mit Kollegen (Mobbing), Zeitarbeitsverträge, ständige Erreichbarkeit, unfähige und unempathische Vorgesetzte, zunehmende Arbeitsverdichtung, Termindruck, Lohndumping, Globalisierungsdruck oder Fragen der Verteilungsgerechtigkeit. Einige dieser Probleme gab es bereits zu Adlers Zeiten, wie beispielsweise die bedeutende Rolle von Frauen im Erwerbsleben nach dem Ersten Weltkrieg mit einem zunehmenden Selbstbewusstsein junger Frauen, das Erstarken der organisierten Arbeiterschaft vor allem in Österreich oder die brutale Armut in der Weltwirtschaftskrise in Europa und den USA. Zu all

dem schwieg Adler. Er war offenbar der Meinung, dass all die gesellschaftlichen Kämpfe mit etwas Wohlwollen befriedet werden könnten. Er war kein Soziologe, obwohl er mit der Etablierung des Ziels des Gemeinschaftsgefühls dies suggerierte.

## Liebe

Adler wies auf die Grundtatsache der Zweigeschlechtlichkeit des Menschen hin. Jeder sei aufgerufen, ein gutes Verhältnis zum anderen Geschlecht und zum Liebespartner zu schaffen und aufrecht zu erhalten. Der richtige Umgang mit dem anderen Geschlecht will gelernt sein. In der Liebe komme es auf drei Punkte an: Sie ist eine Aufgabe zu zweit, sie erfordert das Bewusstsein der Gleichwertigkeit von Mann und Frau sowie die Fähigkeit zur Hingabe. Alle feindseligen, überheblichen und vorurteilsbehafteten Gefühle stören da nur. Die sexuelle Vereinigung, die gegenseitige Anziehung und der Ausblick auf Nachkommenschaft dienen der Erhaltung des Menschengeschlechts und damit der Evolution. Die Monogamie sei wohl die beste Form, der Evolution Genüge zu tun. Liebe sei eine stete Aufgabe, kein Geschenk, das einem in den Schoß fällt.

Man kann, wenn man will, Liebe, Sexualität und Ehe gesondert und als jeweils eigenständige Lebensaufgabe betrachten. Es ging Adler jedoch immer darum, die Beziehung zu einem Du aufzunehmen, den Anderen als Gleichen, als Freund und Partner anzunehmen und wertzuschätzen. Jeder solle in dem Gefühl leben, gebraucht zu werden, wertvoll und unersetzbar zu sein. Eine solche Haltung sei Ergebnis einer liebevollen Erziehung durch verlässliche und empathische Eltern. Wenn die Eltern selbst nicht zu einer Kooperation in der Lage sind, können sie ihren Kindern keine Zusammenarbeit beibringen. Adler betonte an vielen Stellen, dass die kulturelle Überbewertung des Mannes und die Zurücksetzung des Weiblichen diese Erfolge gefährden und zunichte machen. Im Bereich „Liebe“ sind Eigenschaften ange-

sprochen wie Zuneigung, Liebes- und Hingabefähigkeit in intimen Ich-Du-Beziehungen, Aufbau primärer Bindungen, Sexualität, tägliches Zusammensein, Ausbau des Gefühlslebens, die Sorge um das Wohlergehen der Nächsten und Liebsten, das gleichwertige Verhältnis von Mann und Frau und vieles mehr.

Man ist erinnert an den Assessor Wilhelm in Sören Kierkegaards *Entweder–Oder* (1843), der eine ethische und pflichtgemäße Seinsweise verkörpert. Wilhelm vertritt die entschiedene Auffassung, dass vor allem eine kontinuierliche Bindung zwischen Mann und Frau die Basis für die Selbstwerdung der Person ist. Liebe und Ehe werden zum eigentlichen Prüfstein einer wertvollen Existenz. Denn nirgendwo stellen sich derart subtile Anforderungen an die Zwischenmenschlichkeit, wie im täglichen Zusammensein. „Nahes, tägliches Zusammensein von Mensch zu Mensch verlangt von dem einen sowohl wie von dem anderen Opfer. Es bedarf von beiden Seiten vieler Lebenserfahrung, logischen Denkens und warmer Herzlichkeit, um die beiderseitigen Vorzüge zu genießen und sich an den gegenseitigen Mängeln nicht wund zu reiben oder den anderen durch seine Fehler zu verletzen“, heißt es warnend bei Iwan Gontscharow.

Adlers Vorstellung von Liebe und Ehe ist konventionell, was nicht überraschen kann, vergegenwärtigt man sich, dass seine Texte fast 100 Jahre alt sind. Überrascht aber darf man sein, wenn man erfährt, dass Adler in den 1920er-Jahren in Wien einige Liebesbeziehungen zu Mitarbeiterinnen unterhielt. Mitte der 1990er Jahre gab es unter Individualpsychologen deswegen eine kurze Debatte über Adlers Glaubwürdigkeit und Vorbildhaftigkeit.

## Gemeinschaft

Das Leben verlangt eine weitgehende Kontaktfähigkeit auf der Basis eines grundsätzli-

chen Interesses an den Mitmenschen. Es ist nicht unerheblich, wieweit einer an sein eigenes Wohl oder das Wohl der Anderen denkt. Das Thema Gemeinschaft beinhaltet Fragen der Freundschaft, der Solidarität, des Interesses für Stadt und Land, für die Nation und für die Menschheit, aber auch gute Manieren, Gesprächs- und Verhandlungsfähigkeit, Kompromissbereitschaft, Verantwortungsbewusstsein für sich und Andere und vieles mehr.

Zum Gebiet „Gemeinschaft“ zählen also die Familienbeziehungen, die Cliquen und Freundschaften, die Netzwerke, zählen Tugenden wie Höflichkeit und Verlässlichkeit, Engagement über die engere Familie hinaus bis hin zu einem Gefühl für globale und ökologische Belange, zählen der Einsatz für Freiheit, Vernunft und Fortschritt, die Koordination des Handelns mit anderen Akteuren, Solidarität, Common Sense usw. Es gehören ferner dazu: Informiertheit über das politische Weltgeschehen, die Stellungnahme zu den großen politischen Themen wie Krieg und Frieden, Globalisierung, Armut und Reichtum, Demokratie und Tyrannei, Bürokratie und Freiheit, Individuum und Gesellschaft, Macht und Machtmissbrauch, Würde und Gleichberechtigung etc. Nicht nur die aktuelle Lage soll beschäftigen, auch die Vergangenheit und die möglichen Zukünfte.

Adler fand es unumgänglich, dass ein jeder möglichst umfassendes Interesse für seine Mitwelt aufbringt und zugleich alles tut, in eine tragende Gemeinschaft eingebettet zu sein. Aber er verwandte wenig Mühe darauf anzugeben, welche Gesellschaftsform eine Einordnung ihrer Mitglieder als wünschenswert erscheinen lässt und welche Stellung das Individuum dabei einnimmt. Der Appell für das Hineinwachsen in immer größere Gemeinschaften muss heutzutage einen maßvollen Individualismus mit berücksichtigen. Ein kollektives Wir hat nur dann Sinn, wenn die involvierten Individuen relative Freiheit genießen.



Adler war nicht entgangen, dass Kierkegaard wie auch später Nietzsche oder viele andere große Geister hochgradige Eigenbrötler waren. Adler suspendierte sie von der Bewährung in der Zweier- oder der Sozialbeziehung, sofern sie nur ein Werk für die Menschheit hinterließen: Ein Philosoph müsse und dürfe von Zeit zu Zeit die Gesellschaft verlassen, um zu denken und seine Bücher zu schreiben – sofern ihre Werke nur von Gemeinschaftsgefühl zeugen würden. An anderer Stelle konzedierte er, dass auch Kinder manchmal allein spielen dürfen, aber auch nur, wenn dies zu einer späteren Bereicherung der Gemeinschaft führe.

Erst der späte Adler erkannte, dass nicht jeder ein geselliger und extravertierter Gesellschaftsmensch werden könne. Gerade die Arbeitsteilung, die jede Kultur bereichert, verlange eine Spezialisierung und Beschränkung auf begrenzte Interessensgebiete. Daher rührt Adlers spätes Verständnis für jene Berufe, die ihre Beitragsleistungen teilweise im Rückzug von den Mitmenschen erbringen müssen.

Zur Eigentümlichkeit Adlers gehört, dass immer nur das vor ihm sitzende Individuum neurotisch war. Die charakterlichen Dispositionen wichtiger Bezugspersonen oder gar gesellschaftlicher Institutionen wie Militär oder Kirchengemeinschaften wurden kaum je einer Kritik unterzogen. Es ist bei ihm ein ungelöster Widerspruch, wenn er freudige Anpassung an eine Umgebung forderte, die er selbst als neurotisch bezeichnete. Die gesellschaftliche Neurose sah er in der Diskriminierung der Frau, im Patriarchat und in Krieg und Unterdrückung. Im Ersten Weltkrieg sah er die Flucht in die Krankheit als Feigheit und mangelnde Solidarität mit den Kameraden an. Es gibt viele Antagonismen in Adlers Schriften.

Überhaupt wurde das Konzept vom Gemeinschaftsgefühl in der Individualpsychologie kontrovers und skeptisch geführt. Es bot dazu reichlich Gelegenheit, denn der Begriff lappt deutlich in Bereiche der Soziologie und

der Ethik hinein. Bemängelt wurde schon Mitte der 1920er-Jahre, dass der Begriff zu schwammig sei und Adler nur die positiven Seiten der Gemeinschaft sah. Adlers Lehre beruhe darauf, dass die „ewige Logik“ des menschlichen Zusammenlebens, d.h. Wohlwollen, Arbeitsbeitrag und Liebe, als allgemeinverbindlich angesehen werden, sonst werde ein Großteil der individualpsychologischen Persönlichkeitspsychologie sinnlos. Die Wertepluralität war schon zu Adlers Zeiten ein ernstzunehmender Gegenstand der Philosophie, wie beispielsweise die Schriften von John Dewey oder Jean-Paul Sartre zeigen. Homosexuelle beispielsweise, so wird gegen Adler eingewandt, sehen in ihrer Haltung kein Defizit und kein Ausweichen vor der Frau, und erst recht nicht sehen sie Homosexualität als „Sicherung vor der Erniedrigung durch Frauen“ an. Der Arbeitsverweigerer oder Arbeitslose entfliehe vielleicht zu Recht den unmenschlichen oder überfordernden Bedingungen einer industriellen Fließbandarbeit und drücke damit einen Protest gegen den Zwangscharakter von Erwerbsarbeit aus. Auch der Rückzug aus einengenden gemeinschaftlichen Beziehungen oder problematischen gesellschaftlichen Bedingungen könne ganz andere Motive haben, als sich vor Freundschaft und Ehe zu drücken. Mit anderen Worten, die Gründe, Wohlwollen, Erwerbsarbeit und Liebe abzulehnen oder anzunehmen, bleiben in der Moderne der Freiheit jedes Einzelnen überlassen.

Der Philosoph Friedrich Schulze-Maizier forderte 1926 dazu auf, den Gemeinschaftsgedanken bis dahin zu verfolgen, wo seine schwerste Problematik und zugleich seine Grenze beginnt: in der mörderischen Tragik von Schicksal und Konflikten. Jeder Konflikt, auch wenn er sich harmlos darstellt, könne sich zu einer Zerreißprobe auswachsen. Von der Geborgenheit zur Katastrophe sei es oft nur ein Schritt. Die Nähe zu einem Du verlange eine fast schon übermenschliche Lauterkeit, Einsicht, Vertrauen und ein Aufgeben der Subjektivität, die kaum jemand aufzu-

bringen vermag. Wer Liebe und Gemeinschaft nicht polar sieht, nicht seine magnetische Beziehung zum Gegenpol Hass ahnt, sehe nur die Hälfte. Wir müssen die saure Erfahrung machen, dass der Andere viel tiefer in seiner eigenen Welt steckt, als wir meinten, dass ihm mit unserem herzlichen Willen nicht so ohne Weiteres gedient ist, dass er unsere Bereitschaft kühler und befremdeter aufnimmt, als wir erwarteten. Adler hatte einige wichtige Ausschnitte des psychischen Lebens erkannt, aber eben nur einen Teil.

## Kultur

Die Realisierung der drei genannten Lebensaufgaben umfasst mehr als das berufliche Geldverdienen, das Heiraten und die Mitgliedschaft in einem Verein. Nach Adler ist der Mensch nur dann gesund, wenn sein Streben im Einklang mit dem Wohlergehen der Gesamtheit steht *und* er sich ethisch auf eine humanisiertere Welt ausrichtet. Adler selbst hat an nur einer einzigen Stelle eine vierte Lebensaufgabe erwähnt, die „Stellung zu Kunst und schöpferischer Gestaltung“. Ausgeführt hat er diesen Punkt nicht, sieht man davon ab, dass er die neurotischen Symptome als kunstvolle Schöpfungen des Individuums ansah. Aber er führte nicht aus, was daran kunstvoll sein soll.

Kunst ist nur ein Ausschnitt aus dem großen Kreis der Kultur, der Gesamtheit der höheren menschlichen Leistungen. Gedacht werden sollte dabei nicht nur idealistisch an die grandiosen Meisterwerke der Vergangenheit, sondern auch an den irdischen Zeitgeist, die darin eingeschriebenen Herrschaftsformen, Machtansprüche und ideologischen Anschauungen. Wenn von Kultur die Rede ist, dann sollte auch immer eine Kulturkritik mitgedacht werden, die den Stand der Kultur kritisch befragt in Hinblick auf ihre ungewollten, zerstörerischen, unmoralischen und unsinnigen Folgen.

Laut Eduard Spranger gibt die Kultur in ihrer Erscheinung als Literatur, Philosophie, Staat, Technik usw. die Zielperspektive an für die Entwicklung des Einzelnen (*Psychologie des Jugendalters*, 1924). Entwicklung habe den Sinn, die jungen Menschen in diese geistige Sphäre einzuführen und im weiteren Verlauf „emporzubilden“. Der Einzelne sei prädisponiert für diese Entwicklung, strebe sogar in gewissem Maße aus eigenem Antrieb auf sie zu, doch eine höherwertige Entfaltung gelinge nur in bewusster Auseinandersetzung mit den geistigen Inhalten von Kultur. Persönliche Entwicklung bedeute, in alle Kulturbereiche hineinzuwachsen und möglichst selbst Kulturträger zu werden. Das gilt auch für die drei erstgenannten Bereiche. Wenn Arbeits-, Liebes- und Gemeinschaftsbeziehungen nicht kulturell geformt und interpretiert werden, bleiben sie auf einem niedrigen Strukturniveau stehen.

Die große Aufgabe Kultur bedeutet eine Auseinandersetzung mit Kunst in allen ihren Spielarten, mit den Leistungen und Grenzen von Wissenschaft, mit Religion und Aberglaube, mit Geschichte und Staatstheorie, mit Literatur und Sprache, mit Philosophie und Menschenkenntnis, mit Werten und Weltanschauungen. Es ist eigentlich ein ganzes Lebensprogramm, wenn der Einzelne es unternimmt, die Seele zu begeistern und den Geist zu beseelen. Mit diesem Unterfangen kommt man an kein Ende. Der wache Mensch ist dadurch gekennzeichnet, dass er sich dauernd und unaufhaltsam zu entwickeln und zu vervollkommen trachtet. Das wichtige Selbstwertgefühl entsteht nur indirekt, nämlich dann, wenn man sich für hohe Werte und wertvolle Ziele engagiert. Und umgekehrt, wer schon in Ansätzen Selbstachtung besitzt, wagt sich an Aufgaben heran, die überdurchschnittliche Anforderungen stellen.

Doch zur Frage, wie komme ich in die Kultur und die geistige Sphäre hinein? stoßen viele gar nicht erst vor. Es scheint eine kollektive

Schüchternheit gegenüber dem unendlichen Kosmos des Geistes zu bestehen. Ein angemessenes Minderwertigkeitsgefühl angesichts der Größe des Themas ist angebracht, aber etwas mehr Mut und Einsatzbereitschaft in Fragen von Bildung und seelisch-geistiger Entwicklung im Lichte der Aufklärung und des Humanismus wären wünschenswert.

Adler hatte zu einer Psychologie der Kultur oder der Kunst wenig zu sagen. Eine frühe Vorstellung von ihm ist, dass spätere Genies an Organminderwertigkeiten gelitten hatten, die sie durch erhöhte geistige Anstrengung kompensierten bzw. überkompensierten. Schon ein oberflächlicher Blick auf Kunstschaffende zeigt, dass diese Theorie allenfalls punktuell gilt. Zudem lehnte er den Begriff der Begabung ab. Auf dem Höhepunkt der Individualpsychologie Mitte der 1920er-Jahre behauptete er, dass jeder könne, wenn er nur wolle. Damit verbaute er sich einen Zugang zum Phänomen der Kreativität, die mit entscheidend geprägt ist von Gestaltungswille und Gestaltungsfähigkeit. Wer „Kultur als Lebensaufgabe“ formulieren möchte, darf von Adler ausgehen, muss aber weiter als er denken.

### Individuation

Alle bisher diskutierten Aufgabensphären betreffen die Beziehungen des Individuums mit seiner Umwelt. Man hat aber Pflichten auch gegen sich selbst. Auch die Selbstwerdung ist eine Lebensaufgabe und stellt ein Problem von erheblichem Ausmaße dar. Jedes Kind strebt danach, seine Gefühle von Minderwertigkeit, Unzulänglichkeit, Hilflosigkeit und Ohnmacht zu überwinden, um ein für alle Mal Herr bzw. Frau zu sein im eigenen Haus.

Unter den Gründervätern der Tiefenpsychologie war es Carl Gustav Jung, der mit dem Konzept von Individuation diesen Faktor ins Auge fasste. Natürlich hatten andere Autoren den gleichen Gedanken oder ähnliche

Auffassungen, beispielsweise Erich Fromm oder Josef Rattner, die die Individualität, die Perfektion des Ich, die Selbstgestaltung und die Selbstwerdung eigens als subjektive Lebensaufgaben thematisierten. Man könnte mit Adler einwenden, dass sich die Selbstentfaltung aus der richtig verstandenen Bewältigung der drei objektiven Lebensaufgaben von selbst ergibt. Der Gesamteindruck der Adler-Lektüre ist allerdings der, dass er im Zweifelsfall immer für die Einordnung und Anpassung in die gegebene Gemeinschaft eintrat und die Bedeutsamkeit des Einzellebens in die zweite Reihe verwies.

Das jungianische Konzept von Individuation wird in einem eigenen Kapitel vorgestellt, so dass hier nur einige ergänzende Sätze nötig sind. Bemerkenswert ist, dass Adler die „aktive Anpassung“ an die Gemeinschaft nicht weiter hinterfragte, während Nietzsche, Jung oder auch Rattner der Meinung sind, dass Anpassung an „die Gesellschaft“ aus individualistischer Sicht letztlich unbefriedigend bleibt. Es wird in der Psychologie auch immer mit darum gehen, die Standfestigkeit gegenüber dem Leben, dem Schicksal, dem Kollektivismus, dem Konformismus, gegenüber Ideologien, Vorurteilen und Weltanschauungen zu erhöhen. Im Alltagsleben besteht eine starke Tendenz, sich auf die konkreten und nächstliegenden Dinge zu richten, und die große Gefahr, von ihnen absorbiert zu werden. Den Mut zum eigenen Urteil und das Vertrauen auf das eigene Denken und die moralische Entscheidungsfähigkeit hatte Adler nicht gerade hoch geschätzt. Es gibt keine Passagen in seinem Werk, die sich eigens damit befassen.

Es ist zu vermuten, dass Adler, der in jungen Jahren ein überzeugter Sozialist war, letztlich dem Kollektiv den Vorzug gab vor der Individualität. In dem 1926 verlegten, zweibändigen *Handbuch der Individualpsychologie*, wird die Individualpsychologie sogar als Medikament gegen die moderne Krankheit der Individualität und der Vereinzelung ange-dient. Der entsprechende Aufsatz stammt,

das muss gesagt werden, nicht von Adler, sondern von einem engen Mitarbeiter. Was Adler von dieser These hielt, ist nicht überliefert. Josef Rattner jedenfalls, ein ausgesprochener Kenner der Individualpsychologie, arbeitete im impliziten Gegensatz zu Adler und in Übereinstimmung mit Nietzsche die „subjektive Lebensaufgabe“ der Entwicklung zur Persönlichkeit gegen den Widerstand einer dumpfen Welt heraus (siehe Kapitel „Personalismus“). Auch in diesem Punkt dürfen und müssen wir weit über Adler hinausdenken.

## Körper

Das Individuum hat noch eine weitere Aufgabe zu bewältigen: die Sorge um die eigene Gesundheit und den eigenen Körper. Unser Körper ist eine Grundtatsache, d.h. er ist die unaufhebbare Voraussetzung aller anderen Aufgaben. Der Leib ist das Zentrum, von dem aus das Ich alles wahrnimmt, auch sich selbst. Mit seinem Leib bleibt ein jeder stets sein eigenes Zentrum. Der Leib ist der „Ankerplatz des Menschen in der Welt“ (Maurice Merleau-Ponty), der Körper ist die Wohnung der Seele. Die zärtliche Stimulierung des Kleinkindes durch Betreuer strahlt später positiv auf das Liebenkönnen aus, die psychische Nähe bedarf in der intimen Beziehung der Ergänzung durch den physischen Kontakt. Zärtlichkeit liegt in der Mitte zwischen Dialog und Sexualität. Alle drei bestätigen das Ich. Berührungen holen den meist exzentrisch lebenden Menschen zumindest für Momente in seinen Leib zurück und ermöglichen eine Einigung zweier Menschen in Leib und Seele. Der Mensch braucht den Leib, um die Wunder der Natur zu schauen, erfreuliche Leistungen zu vollbringen und all jene Aufgaben zu lösen, die er nicht hätte, hätte er keinen Leib. Der Leib ist die Grundlage aller Aufgabenlösungen und zugleich selbst ein Aufgabe.

Die altgriechische Diätetik (Lehre von der rechten Lebensweise) und Makrobiotik (Lehre vom langen Leben) zeigen, wie eng Gesundheitslehre, Kultur, Philosophie und Religion verflochten waren. Beide enthielten – auf dem damaligen Stand des Wissens – Anleitungen zur Lebenskunst in Form von Meditation, Entspannungsübungen, Heilschlaf, Atemtechnik und Einhaltung des rechten Maßes. Die stoische Schule lehrte Ruhe und Gelassenheit. Friedrich Hoffmann (1660–1742) erfand nicht nur die „Hoffmannstropfen“ für Schwächezustände, er stellte auch Gesundheitsregeln auf, von denen die siebte allerdings lautet: „Wer seine Gesundheit liebt, fliehe die Medicos und alle Arzneien!“ Zwar schreitet seit gut 150 Jahren die naturwissenschaftlich-technische Medizin atemberaubend voran, aber viele Regeln einer körperfreundlichen Lebensweise sind noch heute beherzigenswert.

Der Körper sollte ebenso bejaht werden wie das eigene Geschlecht, man soll sich wohl fühlen im Leib und für seinen Bestand Sorge tragen. Eine Aufgabe der Psychotherapie besteht manchmal darin, Menschen mit ihrem Körper und ihrem Geschlecht zu versöhnen und sie überhaupt erst auf ihre Bedürfnisse und Manifestationen aufmerksam zu machen. Aus der Hingabe an die Sexualität können sich viele Glücks- und Lustmomente ergeben. Mit der Aufgabe, mit dem Körper sorgsam umzugehen, sind eine unverkrampfte Sexualität, ausgewogene Ernährung, der vernünftige und auf Dauer berechnete Wechsel von Wachen und Schlafen, von Anstrengung und Entspannung, von Arbeit und Muße und eine unängstliche Beobachtung des eigenen Körpers und seiner Symptome gemeint. Die Aufgabe der Leiblichkeit umfasst ferner den gesamten Bereich von Diätetik, Makrobiotik, Hygiene, Bewegung, Sport, Gymnastik und Vitalität.

Erneut müssen wir konstatieren, dass Adler nicht vorausschauend genug war. Seine The-

se von der „Nützlichkeit“ des Einzelnen für die Gemeinschaft hatte für ihn selbst imperativen Charakter. Er überforderte sich zusehends, weigerte sich, einen Arzt zu konsultieren (was für Ärzte typisch zu sein scheint) und starb zu früh im Alter von 67 Jahren an einem Herzinfarkt.

### **Lebensaufgaben in der Therapie**

Trotz Einwänden dienen Adlers Vorstellungen von den Lebensaufgaben, die es anzupacken und zu lösen gilt, als fruchtbarer Boden für eine Ausweitung und Abrundung des Konzepts. In eine Psychotherapie lassen sich die sechs Lebensaufgaben gut integrieren.

Es sollten bei diesem weitgefassten Entwicklungsanliegen einige Relativierungen beachtet werden. Es dürfte nur wenigen Auserwählten möglich sein, in dem empfohlenen Umfang in die Kulturwelt hineinzuwachsen. Oftmals sind Sozialisation, äußere Lebensbedingungen und individuelle Voraussetzungen so belastend, dass die Pflege der eigenen Person zu kurz kommt. Ferner wären die Entscheidungen jener Menschen zu respektieren, die andere Prioritäten und Interessenschwerpunkte setzen. Des Weiteren kann man des ewigen Zwangs zur Entscheidung und Entwicklung überdrüssig und müde werden und die Dinge so belassen wollen, wie sie sind. Und schließlich ist zu berücksichtigen, dass die sechs Lebensaufgaben nicht gleichgewichtig und gleichwertig sind. Die Unterschiede zeigen sich deutlich in der Therapie. Arbeitsstörungen oder Berufsprobleme sind meist leichter zu behandeln als Paarprobleme. Noch schwerer aber ist es,

die Patienten aus ihrer Verstrickung mit lebenseinschränkenden Neurosen zu lösen und zu diesem Zweck auf eine Öffnung zur Kultur und zur Bildung hin zu orientieren.

Die Arbeit mit den Lebensaufgaben kann den Patienten jedoch eine Ahnung davon vermitteln, welchen Umfang ein einigermaßen erfülltes Leben hat, in welchen Lebensbereichen noch Lücken bestehen und welche Bereiche schon gut gelöst wurden. Die sechs Lebensaufgaben können dabei helfen, jene Gebiete zu identifizieren, die als befriedigend oder als unbefriedigend erlebt werden.

Psychotherapie ist sehr vieles; zunächst ist sie Beziehungsaufnahme und –festigung, dann ist sie ein Bekenntnis und eine Art Beichte, ferner – in der Rekonstruktion der Lebensgeschichte – eine Historiographie. Psychotherapie kann voranschreiten zur Psychoedukation und zur Erläuterung von bisher Unverstandenem, zu Erkenntnis und Nacherziehung und schließlich zur „ethischen Intervention“. Angepasst an den Stand der Therapie und die Fähigkeiten des Patienten kann das erweiterte Konzept der Lebensaufgaben herangezogen werden, um zu fragen, wieweit sich der Patient in der Bewältigung seiner Lebensaufgaben vorangekommen fühlt, welche Lücken bestehen und welche notwendigen weiteren Entwicklungsschritte anstehen. Plastisch lässt sich damit der Umfang der Lücken im Lebensvollzug darstellen. Die Lücken stellen eventuell mit einem Grund dar, warum es dem Patienten schlecht geht und warum sein Lebensvollzug ins Stocken kam. Sie können zugleich dazu anregen, an konkreten Aufgaben weiterzuarbeiten.

## 18. Individuation

---

Die Beschreibung und Analyse der krisenanfälligen Übergangsphase von der Jugend in das reifere Alter und ihrer Sinnproblematik ist der wesentliche Beitrag Carl Gustav Jungs zu einer allgemeinen Psychologie. Diese Schwellensituation in der Lebensmitte, die Jung aus persönlichen Gründen auf etwa das 35. Lebensjahr datierte, soll seiner Forderung gemäß in die „Individuation“ einmünden, einen lebenslangen Selbstwertungs- oder Reifungsprozess, der zu einer größeren Vollständigkeit und Abrundung des menschlichen Wesens verhelfen soll. Jung betrachtete den gesamten Lebenslauf als eine Reihe seelischer Metamorphosen, wobei das Umschwenken von einer äußeren, auch beruflichen Expansion zu einer selbstbesinnlichen Beschäftigung mit existenziellen Fragen des eigenen Ich der zentrale Dreh- und Angelpunkt seines psychologischen Konzepts ist. Aus dem dumpf-betriebsamen Leben der ersten Lebenshälfte könne der Mensch ent-rinnen, wenn er sich höheren Werten und großen Idealen zuwendet, die das Leben sinnvoll erscheinen lassen. Jung definierte 1928 Individuation selbst so: „Zum Einzelwesen werden und, insofern wir unter Individualität unsere innerste, letzte und unvergleichliche Einzigartigkeit verstehen, zum eigenen Selbst werden. Man könnte 'Individuation' darum auch als 'Verselbstung' oder 'Selbstverwirklichung' übersetzen.“ Die Jung'sche Psychologie erwuchs stark aus den ganz persönlichen Erlebnissen und Erlebnis-verarbeitungen des Autors, was ihre Verallgemeinerbarkeit einschränkt.

### Krise der Lebensmitte

Die Krise der Lebensmitte findet nach Jung zwischen dem 35. und 40. Lebensjahr statt,

und in der Tat befand er sich zwischen 1913 und 1919 in einer tiefen Krise, ausgelöst durch die Trennung von Freud, mit dem er sieben Jahre lang eine zunehmend problematischere Beziehung pflegte. Für Jung war sein 38. Lebensjahr wirklich eine einschneidende Lebenswende, und nachdem er 13 Jahre lang seine „Persona“ als tüchtiger Psychiater und zeitweiser Verfechter der Psychoanalyse ausgefüllt hatte, gab er sich ganz seinem Unbewussten, seinen Träumen und seiner entfesselten Fantasie hin, was ihn an den Rand einer Psychose brachte. Er hörte eine weibliche Stimme in sich, die er „Anima“ nannte. 1919 hatte Jung den Eindruck, allmählich aus einer langen Nacht aufzutau-chen. Die Entdeckung der innersten Elemente seiner Persönlichkeit im Zustand der Trance nannte Jung Individuation. Er gab ihr Struktur, indem er seine Träume malte und dieses Material mit seiner weitläufigen Lek-türe kombinierte.

Von der extremen Introversion schritt Jung im Alter von 44 Jahren – entgegen seiner eigenen Theorie – zu einer erneuten Extraversion voran; den Rest seines Lebens widmete er sich der Verbreitung seiner Lehre. Er behielt einen Hang zu intuitiven Ideen, übersinnlichen Erlebnissen und bedeutungsvollen Träumen immer bei. Diesen seinen persönlichen Erfahrungen maß er einen allgemeingültigen Wert zu, eine Unsitte, die er mit Freud und Adler teilte. Oft zog er sich in einen selbst gebauten Wohnturm am Zürich-see zurück, wo ihn niemand stören durfte. Selbstwertung war für ihn gleichbedeutend mit Rückzug.

Jung wurde von vielen Menschen konsultiert, und er meinte feststellen zu können, dass bei ihnen allen ein wiederkehrender zentraler

Befund zu erheben sei: Sie alle litten an verschiedenen Formen der Selbstentfremdung. Sie beruht laut Jung auf dem Verlust der religiösen Wurzeln, und keiner sei wirklich geheilt, der seine religiöse Einstellung nicht wieder erreicht. Wieder stellt sich die Frage, ob diese ganz persönliche Herangehensweise verallgemeinerbar ist.

Jung formulierte mehrere Ebenen, die während des Individuationsprozesses erobert werden müssen, damit das Individuum tatsächlich ein „Selbst“ ausbilden kann. Dieser Prozess ist fast identisch mit einer Therapie der Jung'schen Richtung. Die Schritte zur Individuation orientieren sich an den Elementen des „Selbst“. In ihm sind versammelt die *Persona*, der Schatten, *Anima* und *Animus*, Archetypen und das persönliche sowie das kollektive Unbewusste, wie sie bereits weiter oben im Kapitel über Carl Gustav Jung angesprochen wurden.

Die *Persona* ist jener Teil der Persönlichkeit, der durch Amt, Beruf, Titel und soziale Rolle gekennzeichnet ist. *Persona* ist Außendarstellung, Fassade, Rolle, Anpassung, Gewohnheit, Maske. Sie hat ihre positive Bedeutung, wo sie die Zusammenarbeit mit der Außenwelt ermöglicht. Eine gut funktionierende *Persona* ist elastisch; sie ist auch ein Schutz nach außen. Eine negative *Persona* hingegen ist wie ein Panzer, der schützt, aber auch abkapselt. Jung postulierte, die erste Lebenshälfte ist im Wesentlichen der Entwicklung und Konsolidierung der *Persona* gewidmet.

Unter *Schatten* subsumierte er alle diejenigen Ereignisse, Vorstellungen, Wünsche, Impulse und Fantasien, die vom Individuum aufgrund seiner Moralvorstellungen sowie aufgrund von kollektiv wirksamer Tabuisierung verleugnet und verdrängt werden. Dieses verdrängte Material, zu dem der Einzelne keinen direkten und willentlichen modifizierbaren Zugang besitze, meldee sich in Form von Träumen, Fehlleistungen, neurotischen, psychotischen oder psychosomatischen Symptomen. Im Grunde sah Jung den

Schatten als Sammelstelle für alles Böse an: unsoziale Eigenschaften, Schwächen, Unterlassungen, irrationale Gefühle, Vorurteile, Projektionen etc. Ihre Bewusstwerdung führe zu einer freieren Lebenseinstellung.

*Anima* und *Animus* sind weitere „Unterpersönlichkeiten“ des Einzelnen. Sie sind im Grunde auch Archetypen, oder anders gesagt, sie sind unbewusste Seelenbilder und archaische Fantasiebilder, Bruchstücke des kollektiven Unbewussten. Sie sind „Elterngeister“, gleichzeitig auch Vorurteile und Meinungen, die jeder über das eigene und das andere Geschlecht verinnerlicht hat und auf den Anderen projiziert. Sie sind teils angeborene psychische Strukturen, teils durch Erziehung vermittelt. Dem Mann wurden damals geistige Überlegenheit und Tatkraft, der Frau Gefühlsabhängigkeit und Passivität zugeschrieben. Meist ist dieses Bild starr und festgelegt. Mann und Frau leiden unter dieser Vereinseitigung; die Beziehung zwischen den Geschlechtern wird kompliziert. Beide müssen sich entgegenkommen; die Frau solle ein Stück Männlichkeit und Rationalität erwerben, der Mann sich dem Eros und dem Seelischen öffnen. Zur Ganzheit und Vollendung der Person bedürfe die Liebe des Geistes und der Geist der Liebe.

*Archetypen* sind bei Jung einerseits ererbte Urbilder der Seele, menscheitsgeschichtliche Symbole, abgelegt im kollektiven Unbewussten, andererseits stammesgeschichtlich angenommene, instinktive Verhaltensweisen wie zum Beispiel das unwillkürliche Lächeln. Symbolische Archetypen steigen aus dem kollektiven Unbewussten auf und drücken sich in Träumen und Ängsten, Wahnvorstellungen und Psychosen aus. Symbolische Archetypen sind beispielsweise das Gottesbild, die Wandlung, die Vierzahl oder Viereinheit, die Große Mutter, der ewige Jüngling, der Alte Weise, die Bilder von Vater und Mutter, Mann und Frau und vieles mehr.

Das *kollektive Unbewusste*, das nicht wirklich klar von den Archetypen zu scheiden ist, reicht in der Vorstellung Jungs bis in die

Anfänge des Menschseins zurück und wird vererbt. Wir tragen die stammesgeschichtlichen Erfahrungen unserer Ahnen, die charakteristischen Wesenszüge der Art Mensch, die Stimme einer unbeeinflussten Urnatur des Menschen in uns. Das kollektive Unbewusste zeigt sich in den immer schon vorhandenen Archetypen, die in Märchen, Mythen und Träumen aufsteigen. In anderen Formulierungen ist das kollektive Unbewusste die ererbte biologische Hirnstruktur, die allgemein menschliche Möglichkeit des psychischen Funktionierens, wie sie vom Gehirn vorgegeben wird, und die uns träumen und fantasieren lässt.

Daneben existiert das *persönliche Unbewusste*. Es besteht unter anderem aus nicht erkannten persönlichen Motiven, übersehenen Begebenheiten während des Tages, nicht gezogenen Schlüssen und fehlenden Konsequenzen sowie Affekten und Kritik, die wir uns verbieten oder die uns verboten wurden.

Neurosen in der Lebensmitte sind laut Jung Konsequenz einer zu einseitig vollzogenen Persönlichkeitsentwicklung, sei es, dass man zu stark extravertierte oder introvertierte, sei es, dass jeweils Denken, Fühlen, Intuieren oder Empfinden überbetont wurden. Dem in der ersten Lebenshälfte Introvertierten drohen Anpassungsprobleme und Realitätsverlust, wenn er sich nicht vervollkommnet, dem extravertiert Bleibenden stehen Selbstentfremdung und Hysterie bevor. Der Zugang zu diesen Selbst-Anteilen ist für Jung Bedingung dafür, ein ganzer Mensch zu werden. Nur derjenige, der bei sich erkennt, dass er männliche *und* weibliche Qualitäten, Fähigkeiten und Eigenarten aufweist, der seine Schattenseiten anerkennen und integrieren kann und der eine lebendige Beziehung zu den unvermeidlichen Archetypen und dem kollektiven Unbewussten hat, könne eine authentische Individualität kraftvoll aufbauen. Aufgabe des Menschen in der „zweiten Lebenshälfte“ ist es also, sich über all diese Seelenbestandteile klar zu werden, um zu

einem selbstbestimmten und überindividuell wertvollen Leben zu gelangen.

### **Extraversion, Introversion und das Ziel der Individuation**

Die Einstiegspforte zur Individuation ist die Introversion. Die Introversion wird von Jung in einen dynamischen Gegensatz zur Extraversion gesetzt. Er ging davon aus, dass die grundsätzliche Affinität zu einer der beiden Hauptarten, mit der Welt in Beziehung zu treten, angeboren ist („Temperament“).

*Extraversion* in seiner einseitigen Ausrichtung bedeutet Identifikation mit der Außenwelt, Anpassung an das kollektive Man und die Modeströmungen sowie das Ausgerichtetsein auf Beruf, Prestige und Einkommen. Diese Phase wird von Jung zwiespältig gesehen. Positiv wirken bei der Extraversion die Tatkraft, das Streben, das Vollbringen von Aufgaben, das Erfahrungsammeln und überhaupt das pulsierende Leben. Der junge Mensch (bei Jung eigentlich immer: der junge Mann) wachse in Beruf, Ehe und Gesellschaft hinein. Doch nicht alle Anlagen, die die Natur ihm mitgab, können zum Tragen kommen. Alles, was abgespalten werden muss, werde ins Unbewusste verdrängt. Diese Unbewusste steht im Gegensatz zu einem anderen Unbewussten, dem naturhaften „unbewussten Lebensplan“, der auf Entwicklung, Reifung und Selbstverwirklichung aus ist. Jung ist der Meinung, Anpassung an die Gesellschaft sei letztlich unbefriedigend, jedoch Bedingung für die höhere Stufe der Selbstwerdung. Die Anpassung an kollektive Forderungen, die Jung als biologisch-instinktive Verwirklichung der menschlichen Natur zur „Brutaufzucht“ ansah, solle deshalb spätestens zur Zeit der Lebensmitte durch eine geistige Ausweitung der Persönlichkeit vervollständigt werden. Der Mensch bedürfe, nachdem er sich tüchtig im alltäglichen Leben bewährt hat, auch einer trans-



zendierenden Idee und eines Sinns im Leben. Die Stunde der Introversion ist gekommen.

In der *Introversion* wendet sich der Einzelne nach innen, zieht sich zurück, reflektiert und vermeidet Außenkontakte. Es soll eine grundsätzliche Verlagerung von äußeren auf innere Werte stattfinden. Die aktive Weltbewältigung muss zurücktreten zugunsten der Meditation und Kontemplation. Der Haltungswechsel von der Extraversion zur Introversion meint die Umkehr des Libidoflusses von der Progression zu Regression, vom Bewussten zum Unbewussten, von der Natur zur Kultur, vom Trieb zum Geist. Doch Regression ist bei Jung kein neurotisches Zurückkehren zu kindlichen oder pubertären Verhaltensweisen (wie bei Freud), sondern eine immer wieder notwendige Beschäftigung mit dem Unbewussten. Angestrebt wird ein geistig inhaltsreiches Leben, das für ein großes Ideal oder einen hohen Wert eintritt, kämpft oder sich dienend hingibt. Was aber ist bedeutsam und wertvoll? Jungs Konzepte lassen eine Ethik mehr erahnen als konkret werden. Individuation kann jedenfalls nicht Egoismus und Hedonismus heißen.

Ziel der Introversion ist die *Selbstwerdung*. Das Selbst integriere die vielfältigen Persönlichkeitsanteile, nachdem sie (in der Therapie) durch den radikalen Rückzug in die Träume bewusst gemacht wurden, und die Religion. Das Selbst seien die von Geburt mitgegebenen individuellen Anlagen und Neigungen, ferner ein unbedingter Entwicklungsantrieb (eine physische Energie) und ein ethisches Streben, überdies ein Ich mit Wahrnehmungen, Erinnerungen, Stimmungen und konkreten Wünschen. Im unbewussten Selbst lagern die archetypischen Symbole und Handlungsmuster, die kollektiv vererbt werden. Das Selbst ist insofern größer als das Ich. Jung schränkte ein, dass das Ziel der vollkommenen Persönlichkeit nie erreicht werden könne.

## Therapie

Der zentrale Aspekt in Jungs Individuationsmethode ist, dass man minderwertige Anteile des Selbst in sich erkennen und tolerieren soll. Dazu gehört es, sich mit seinen Mängeln auseinander zu setzen, um sich in seiner Ganzheit (einschließlich des Schattens und der anderen Anteile) verstehen zu lernen und als harmlosen Gast aufzunehmen. Die „Schattenanalyse“ ist wesentlicher Teil der Selbstwerdung in der Lebensmitte und Kernstück der Individuation. Sie erfolgt bei Jung in Trance und über Träume, die aufgeschrieben oder gemalt werden, im Auffinden von Idealen und Archetypen wie Anima/Animus oder des Alten Weisen/der Großen Mutter, sowie durch Eintauchen in Mystik, Alchemie, Spiritualität, in die Weltseele und das kollektive Unbewusste als allgegenwärtiger und allwissender Geist sowie durch religiöse Spekulationen wie die der Wiedergeburt. Zusammen mit dem Therapeuten werden die Trance- und Traumbilder in der Art Jungs assoziativ gedeutet. Jeder Archetypus müsse erkannt, gedeutet und ins Bewusstsein übernommen werden. Der Mensch finde erst eine annähernd ruhige Einstellung zu sich selbst, wenn er sich von allen Extremen abwendet. Gute Anteile sollen fortgesetzt und zur Wirkung gebracht, negative ohne Groll ruhen gelassen werden. Es gilt, sich mit dem bisher Erreichten auszusöhnen. Jung betont dabei die Bedeutung der Bewusstheit. Viele Neurosen hätten ihren Ursprung in zu großen Anteilen der Unbewusstheit. Seine Therapie hat das Ziel, den Menschen in der Realität, das heißt der *Realität des Unbewussten* zu verankern. Den Zweck der Ehe sah er darin, dass sich beide Partner bei der Individuation unterstützen.

Die Altersphase verlangt aus naturgegebenen Gründen Introversion. Aber selbst kluge und gebildete Menschen seien darauf gänzlich unvorbereitet. Es fehle an Schulen für Erwachsene, die Selbst- und Menschenkenntnis vermitteln und auf das kommende Leben vorbereiten. Er klagte darüber, dass

das 20. Jahrhundert keine weltlichen Klöster für jene habe, die des leeren Betriebs der Alltäglichkeit müde seien und in ihrer Introspektion leben wollen. Damit drückte er einen eigenen, tiefen Wunsch aus. Das Entwicklungsdefizit und die Stagnation, die Jung bei seinen Patienten aus der Schweiz, den USA und England erkannte, nannte er auch ein „Ausweichen vor der Erweiterung des Lebens“, das heißt in der zweiten Lebenshälfte ein Zurückweichen vor der Erweiterung des geistigen Lebens und der inneren Lebendigkeit. Der Sinn des Lebens besteht in der Jung'schen Psychologie in einer kontinuierlichen Persönlichkeitsentwicklung, die niemals als abgeschlossen betrachtet werden kann. Sie sei es, die den unverlierbaren, unvergleichlichen Wert bringt und damit den inneren Frieden und die höchste Art des Glücks.

### Kritische Würdigung

Hauptziel der Individuation nach Jung ist die Wiedererweckung des religiösen Gefühls und sonst kaum etwas darüber hinaus. Neurose war ihm gleichbedeutend mit Gottesentzug. Auf diese simplifizierende Gleichung setzte er die naive Verquickung von Gottesglauben und mentaler Hygiene. Laut Jung ist es Aufgabe der Religion, den Menschen mit dem ewigen Mythos zu verbinden. Das „Selbst“ sei immer religiös, auch wenn die Betroffenen es nicht wissen. Jung befand sich damit in einem selbstverstärkenden Prozess, einer beruflichen Selbstwahrnehmungsfalle: Aufgrund seiner mythisch-religiösen Weltanschauung zog er nur religiöse Menschen und Theologen an (und stieß andere von vornherein ab), so dass er den überzeugenden Eindruck gewann, die Welt sei voller Christen mit mythisch-religiösen Bedürfnissen. Die Vorselektion seiner Klienten war ihm nicht bewusst, ebenso wenig, dass er Teil und Motor eines weltanschaulich hermetischen Kreislaufs der Selbsterfüllung war. Individuation bedeutete bei Jung faktisch Rückzug in

die Träume, in das Selbst und in die Religion unter Vernachlässigung der Außenwelt und auf Kosten des Bezugs zu den Mitmenschen.

Die Dichotomie von Extraversion und Introversion und ihre Synthese in der Individuation geriet Jung zu einem absoluten Ordnungsschema, in das die gesamte seelische Wirklichkeit eingebettet wurde, auch wenn es dabei nach der Art des Prokrustes zuweilen recht gewaltsam zugeht. Das durch endlose Variationen ausgelagte Leitmotiv von der Kluft zwischen Extraversion und Introversion und dem in der Lebensmitte gebotenen Umschwung vom einen zum anderen ist krass simplifizierend und auch in sich unklar. Es bleibt unbestimmt, ob Introversion und Extraversion kompensatorisch oder gegensätzlich gemeint sind, nacheinander erworben werden sollen oder in sich verflochten sind, gleichwertig sind oder ungleichwertig mit einer Höherwertigkeit der Introversion. Auch geht der gedankliche Weg immer nur von der Extraversion zur Introversion; der umgekehrte scheint nicht vorgesehen zu sein. Jung suggerierte, die Krise in der Lebensmitte sei unvermeidlich und sie werde neurotisch bewältigt, es sei denn man trifft auf einen so kompetenten Psychotherapeuten wie ihn. Er plädierte dafür, ein geistig inhaltsreiches Leben anzustreben, womit er die Kultivierung eines religiös-mystischen Lebens meinte. Jugendliche Attraktivität und körperliche Spannkraft lasse langsam nach und Prestige, Status und Reichtum könnten nicht wirklich befriedigen. Das schrieb Jung, als er Prestige, Status und Reichtum errungen hatte. Selbst die gut Angepassten und Tüchtigen (die Jung aufsuchten) stagnierten in Wahrheit. Wie anders ging Aristoteles an das mittlere Lebensalter heran; das sei die glücklichste, die beste Zeit des freien Mannes, befinde er sich doch im Vollbesitz seiner Ausgewogenheit und Besonnenheit.

Doch wir dürfen festhalten: Die Individuation oder Selbstwerdung bleibt eine dauernde Aufforderung an den Menschen, nicht nur in

der Lebensmitte. Es ist ganz sicher richtig, dass ein äußerliches, extravertiertes Leben über kurz oder lang um eine Introspektion und mehr Selbstkenntnis nicht herum kommt, um als „rund“ und lebenswert bezeichnet werden zu können. Auf alle Fälle ist es auf Dauer ein Unglück, wenn das Bewusstsein den unverstandenen Motiven fremd gegenüber bleibt. Deshalb ist Selbsterkenntnis so dringend. Die Einsicht in die inneren Schattenseiten führt zu jener Bescheidenheit, die zur Anerkennung der eigenen Unvollkommenheit notwendig ist. Dem Menschen wird es dann eher gelingen, in realistischer Einschätzung seines Könnens und Wollens gütig den Mitmenschen und verantwortlich der Gemeinschaft gegenüber zu sein.

### Ausblick

Die bewusste Herausformung dieser Individualität im Laufe eines Einzel Lebens beinhaltet Verschiedenes: so z.B. das Bewusstsein von sich selbst und von den vor einem liegenden Aufgaben, das Bewusstsein von einer Höherentwicklungs- oder Vervollkommnungsmöglichkeit und die Aus- oder Absonderung aus einer konformistischen Gruppenidentität. Individuation ist kein Geschenk, das einem im Laufe des Lebens unverhofft in den Schoß fällt; sie ist vielmehr eine Aufgabe, die Angst macht. Individuation ist ein Prozess der (vorübergehenden) Vereinzelnung. Das Abgetrenntsein vom Ganzen, das Vorwärtsgen als ein getrenntes, isoliertes Wesen, dem die Anderen eventuell nicht folgen können, das Hinauswachsen über seinesgleichen und über seine Eltern kann gefährlich und erschreckend sein. Otto Rank sprach in einem Aufsatz mit dem Titel „Lebensangst und Todesangst“ nicht nur von der Todesangst, sondern auch von einer Lebensangst, die darin besteht, sich dem Leben als ein isoliertes Wesen zu stellen. Lebensangst ist die Angst vor der Individuation.

Freud meinte, wer seinen Vater überflügele, dem drohe die Kastration. Viele halten es nicht aus, größer zu werden als ihre Eltern, weil dann die magische elterliche Stütze, die Geborgenheit der elterlichen Überlegenheit, wegfällt. Individuation bedeutet, sein eigener Vater, seine eigene Mutter zu werden und auf die gewohnte elterliche Stützung zu verzichten. Individuation bedeutet im Extremfall Isolation ohne den Trost der menschlichen Gemeinschaft. Viele ertragen das nicht. Doch in der Therapie wie im Leben gibt es ein unausweichliches Substrat einsamer Arbeit und einsamer Existenz.

Menschen haben Jahrtausende lang ihre Todesangst mit dem Glauben an einen „magischen Helfer“ oder „letzten Retter“ bekämpft und sich damit oftmals zugleich entschieden, einen Teil ihrer Freiheit zu opfern, um dieses Helfers oder Retters teilhaftig zu werden, der einen auf ewig beobachtet, liebt und beschützt. Man vermeidet die Individuation und sucht Sicherheit, indem man bei einem Beschützer untertaucht, einem Führer oder einem Zaren zujubelt. Individuation bedeutet, herauszutreten aus der Familie oder der Gruppe, und etwas Besonderes und Einzigartiges zu werden. Man nimmt eine Gefahr auf sich, indem man etwas wagt. Der Nicht-Wagende bleibt in der Verschmelzung mit der Familie und im Eingebundensein in der Gruppe.

Individuation beinhaltet ein ängstliches, einsames Empfinden des Ungeschütztseins. Das Individuum kann sich davor retten, indem es die Individuation aufgibt, neue Verschmelzungsversuche eingeht, sich selbst für jemand anderen aufgibt. Aber auch diese Variante ist nicht frei von Todesangst, denn der Rückzug ist verbunden mit Verzicht und Stagnation. Verschiedene Autoren (nicht zuletzt Adler) haben den hohen Sicherheitsgewinn des Eingebettetseins in Familien, Gruppen, Clans, Sippen, Landsmannschaften und Völkern herausgearbeitet. Das Eingebettetsein schützt vor dem Gefühl der Isolation, genauso wie man sich einem Projekt oder

einer Sache hingeben kann, denen man sich mit Haut und Haaren verschreibt. Man kann sein Ich ausweiten durch die Hingabe an eine wertvolle Gruppe, eine Sache, ein Land, ein Projekt. Die Grenze zwischen Isolation und Konformität ist nicht so einfach zu ziehen. Die Frage: Was will ich? Was ist mein Ziel im Leben? muss nicht durch Individuation, sondern kann auch durch Hingabe gelöst werden. Selbstwerdung bedarf des Lebens sel-

ber, bedarf der Notwendigkeit, dieses in Höhen und Abgründen erlitten zu haben, bedarf der Fähigkeit, Schuld tragen zu können, zu scheitern, an seine Grenzen zu kommen und wieder zu beginnen und weiterzumachen. Individuation bedarf ganz entscheidend der Begegnung und der Partnerschaft.

## 19. Hermeneutik

---

Einige Grundaussagen zur Hermeneutik als besondere tiefenpsychologische Verstehensmethode wurden schon im Kapitel „Gemeinsame Merkmale der Tiefenpsychologie“ getroffen. Das soll hier vertieft werden.

Hingewiesen wurde bereits auf *hermeneutike techne* (Platon) als Auslegung religiöser Weissagung, auf die Exegese antiker Schriften und der Bibel und auf den verstärkten wissenschaftlichen Anspruch der Hermeneutik im Zuge der Aufklärung.

### Friedrich Schleiermacher

Die Hermeneutik der frühen Neuzeit erfuhr mit Friedrich Schleiermacher und Wilhelm Dilthey einen weiteren Aufschwung. Laut Schleiermacher (1768-1834) sind zwei Ebenen der Textauslegung zu beachten: die grammatische, die den sprachlichen Kontext des Textes aufschlüsselt, und die psychologische, die die Motive des Verfassers zu erschließen sucht. In der detaillierten Nachempfindung eines künstlerischen Werkes könne man sogar so weit kommen, dass der Interpret den Autor zuletzt besser versteht als dieser sich selbst. Immer übertreffe der Sinn eines Textes seinen Autor. Schleiermachers Anspruch ergab sich aus der Vorstellung von der Hermeneutik als einer „unendlichen Aufgabe“, die ein fortwährendes Neu- und Weiterinterpretieren erfordert. Er wollte nicht die von Kant und anderen Aufklärern aufgestellte These dulden, dass die Verstehensanstrengung prinzipiell begrenzt, perspektivisch und hypothetisch ist. Die Textauslegung berücksichtigt mit Schleiermacher die psychische Seite des Autors ebenso wie die des Interpreten, die Hermeneutik fühlt sich ein in das Leben hinter den Texten, um den schöpferischen Akt nachzuvollziehen und dergestalt den möglichen

Kern des Kunstwerks aufzuspüren. Diese Theorie des „Einlebens“ in ein Werk und seinen Urheber wurde von Schleiermacher *Divination* genannt (im Sinne von Vermutung, Deutung).

### Wilhelm Dilthey

Unter dem Eindruck des Aufschwungs der Naturwissenschaften im 19. Jahrhundert kam es dem Philosophen, Pädagogen und Psychologen Wilhelm Dilthey (1833-1911) darauf an, die Geisteswissenschaften aufzuwerten und ihnen einen klar definierten Zuständigkeitsbereich zuzuweisen. Die Natur als Gegenstand der Naturwissenschaften existiere unabhängig vom menschlichen Geist, postulierte Dilthey. Die Manifestationen des Geistes jedoch – von der Gestaltung eines Parks bis zu den Strafurteilen eines Gerichts – können nur vom Geist verstanden werden. Dilthey entfaltete auf der Basis dieser grundlegenden Unterscheidung das *Verstehen* zu einer wissenschaftlich fundierten Technik aller Geisteswissenschaften, die der Autor am Beispiel der Psychologie exemplifizierte (*Ideen über eine beschreibende und zergliedernde Psychologie*, 1894). Auf die Entbehrlichkeit des Unterschieds von Verstehen und Erklären wurde schon in den Kapiteln "Tiefenpsychologie zwischen Natur- und Geisteswissenschaft" und "Unmittelbares und mittelbares Verstehen" hingewiesen.

Mit seiner Hermeneutik (*Die Entstehung der Hermeneutik*, 1900) jedenfalls glaubte Dilthey ein Instrument zur Verfügung zu stellen, mit welchem die geistigen Manifestationen bis hin zur metaphysischen Philosophie sicher beurteilt werden könnten. Er wollte in einem „hermeneutischen Zirkel“ den ganzen Menschen und das ganze Leben zum Gegenstand des Philosophierens machen. Hermeneutischer Zirkel besagt, dass

der Interpret von einem Vorverständnis her seine Textkritik beginnt und in einem ständigen, im Prinzip niemals abgeschlossenen Wechselspiel zwischen Text und Interpret immer wieder zu seinem Ausgangspunkt zurückkehrt, jedoch jeweils auf einer höheren Stufe des Durchdringens.

Diltheys Hermeneutik bewährt sich bereits in den alltäglichen Interaktionsformen des zwischenmenschlichen Verstehens. Ein großer Teil menschlichen Glücks entspringt aus dem Nachfühlen fremder Seelenzustände, von dem der Einfühlende selbst profitiert: „Das Verstehen ist ein Wiederfinden des Ich im Du“, schrieb Dilthey 1910. Das Verstehen sei in verschiedenen Graden möglich, abhängig vom Interesse. Ist das Interesse eingeschränkt, so ist es auch das Verständnis. Dilthey konzentrierte sich speziell auf die höheren Formen des Verstehens, die auf geistige Schöpfungen und „Objektivierungen des Geistes“ angewandt werden. Mit der Hermeneutik glaubte Dilthey eine Methode gefunden zu haben, ein Erkennen nach allgemeingültigen Regeln zu ermöglichen, die an Exaktheit der naturwissenschaftlichen Methode kaum nachstehen. Wir werden gleich erfahren, warum das nicht gelingen konnte.

## Hans-Georg Gadamer

Mit *Wahrheit und Methode* (1960) wurde Hans-Georg Gadamer die entscheidende Figur für die Entwicklung der Hermeneutik im 20. Jahrhundert. Als Neo-Kantianer und klassischer Philologe und tief beeinflusst von der Philosophie Martin Heideggers, entwickelte Gadamer eine unverwechselbare und beachtenswerte Idee einer philosophischen Verstehenskunst. In seinem Hauptwerk *Wahrheit und Methode* nahm Gadamer die bis in die Antike zurückreichende Tradition der Verstehensbemühung auf, um eine moderne „philosophische Hermeneutik“ zu begründen. Darin arbeitete er die enge

Wechselbeziehung zwischen dem Erkennen und der Sprache, die Abhängigkeit des Verstehens von vorbestehenden Urteilen, die Notwendigkeit der Erarbeitung einer gemeinsamen Sprache für die Verständigung und das damit verbundene Modell der „Horizontverschmelzung“ der Diskutanten heraus.

Das Buch brachte seinem Autor internationalen Ruhm. Dank seiner Arbeit wurde die Hermeneutik eine der maßgeblichen Konzepte der neueren Philosophie. Nach wie vor bildet dieses Werk den Ausgangspunkt für eine philosophisch-psychologische Klärung des Verstehens und seiner Ausprägungen in Kunst, Geschichte, Psychologie und Sprache.

Der 1900 geborene Gadamer wuchs in Breslau auf. Er studierte dort und in Marburg bei Paul Natorp, Nicolai Hartmann, Paul Friedländer und Martin Heidegger. Seine akademische Laufbahn führte ihn über Marburg und Kiel nach Leipzig, wo er 1939 Direktor des Philosophischen Instituts wurde. Er war nie Mitglied der NSDAP und ordnete sich nur widerwillig dem Nationalsozialismus unter, trat allerdings auch nicht als Oppositioneller in Erscheinung und absolvierte in der Nazi-Zeit eine erfolgreiche akademische Karriere. Nach dem 2. Weltkrieg wurde er Rektor der Universität Leipzig, wenig später wechselte er nach Frankfurt/M. und übernahm zwei Jahre darauf einen Lehrstuhl in Heidelberg. 1953 gründete er zusammen mit Helmut Kuhn die einflussreiche *Philosophische Rundschau*, aber er selbst wurde bekannt erst mit der Veröffentlichung von *Wahrheit und Methode* im Jahre 1960. In den Folgejahren bestritt er einige wichtige öffentliche Debatten, vor allem mit Jürgen Habermas, Karl-Otto Apel und Jacques Derrida. Die Auseinandersetzungen kreisten vor dem Hintergrund der Studentenunruhen und der Außerparlamentarischen Opposition um Probleme des Verstehens, der Ideologiekritik und der gesellschaftlichen Emanzipation. Nach seiner Emeritierung 1968 reiste er viel, vor allem nach Nordamerika, wo er häufig Gast

wissenschaftlicher Einrichtungen war. Er starb 2002, im biblischen Alter von 102 Jahren, in Heidelberg.

Es sei noch einmal an Immanuel Kant erinnert, der die idealistische Weltsicht nachhaltig erschütterte. Seit Kants gilt es als sicher, dass die Möglichkeiten des Erkennens und Verstehens bedingt und begrenzt sind. Wahrnehmen und Denken müssen immer mit irgendeinem Gegenstand zu tun haben (Kant 1781: „Gedanken ohne Inhalt sind leer“) und wir brauchen vorausbestehende Begriffe oder Ideen, um etwas mit dem wahrgenommenen Material anfangen zu können („Anschauungen ohne Begriffe sind blind“).

Gadamer radikalisierte die kantische Einsicht in die Unsicherheit jeder Verstehensleistung, stellte sie aber mit den Prinzipien des herrschaftsfreien Dialogs und der praktischen Lebensklugheit (griechisch *phronesis*) auf eine neue Grundlage.

Die Begrenztheit des Verstehens ergibt sich aus unserem Beteiligtsein am Verstehen und unseren Vorurteilen beim Verstehen von Kunst oder was auch immer. Das Verstehen ist immer mitbestimmt durch die jeweils einzigartige Situation, in der sich der Verstehende und das zu Verstehende befinden. Diese Beobachtung könnte als simple Fortsetzung des Subjektivismus angesehen werden, den Gadamer bekanntlich ablehnte. Im Lichte Heideggers meint er etwas anderes, nämlich dass es gerade die „Vor-Urteile“ im Sinne voraussetzender Basisstrukturen des Verstehens sind, die den Menschen aufschließen für das zu Verstehende, und sei es in einer vorläufigen Art. Verständigung und Dialog funktionieren nur mittels solcher vorausbestehender Fähigkeiten.

Dies eingestanden und berücksichtigt, kann in einen Dialog über die gewählte Angelegenheit eingetreten werden. Jedes Verstehen ist ein Dialog, der zugleich unser Selbstverständnis und unser Vorverständnis der Materie berührt. In diesem Dialog werden

uns unsere eigenen Vor-Urteile offenkundig, so dass sie selbst ins Blickfeld rücken können. Die zeitweilige Distanzierung vom eigentlichen Diskussionsgegenstand kann sinnvoll sein, um die Vor-Urteile zu identifizieren, d.h. aus der Sachebene herauszuspringen und auf einer Metaebene eine Klärung herbeizuführen.

Eine Konsequenz von Gadamers Ehrenrettung des Vor-Urteils ist die bewusste Anerkennung des Einflusses von Autoritäten, Traditionen und Geschichte als legitime Quellen des Vor-Wissens, was bedeutet, dass eine jede Zeit einen überlieferten Text auf ihre Weise verstehen wird. Einen archimedischen Punkt, von dem aus ein ungetrübtes Erkennen und Verstehen möglich wäre, gibt es nicht; stattdessen sind wir mitten in eine Wirkungsgeschichte gestellt, die wir nur teilweise begreifen und überblicken. Gadamer versteht den begrenzten Horizont aber nicht als Gefängnis, vielmehr glaubt er an die Veränderbarkeit eines grundsätzlich beweglichen Horizonts im Zuge des geschichtlichen Fortschreitens.

Wenn zwei Gesprächspartner eine gemeinsame Basis suchen, nennt Gadamer das „Horizontverschmelzung“. Der Prozess der Horizontenerweiterung kommt niemals zu einem Ende, zumal dieser Prozess rückwirkt auf den niemals endenden Gang der Geschichte, welcher wiederum das Verstehen mitbestimmt. Das bedeutet auch, dass weder der geschichtliche noch der hermeneutische Prozess (oder die „Situation“) dem Menschen jemals vollständig durchsichtig werden kann.

Gadamer glaubt deshalb nicht daran, dass es eine Methode oder Technik geben könnte, die zur „Wahrheit“ führt. Jeder Versuch, eine Methodologie für die Geisteswissenschaften analog zu den Naturwissenschaften zu finden, müsse grundsätzlich in die Irre führen. Es gebe keine Technik, die das Menschliche, Geschichtliche oder Natürliche angemessen beschreibt. Das einzige was bleibt, sei ein

niemals abgeschlossener Verstehensprozess im Rahmen eines andauernden Gesprächs.

Verstehen und Verständnis sind immer sprachlich vermittelt. Damit verkompliziert sich der Prozess des Verstehens noch einmal, denn nicht nur soll über den Gegenstand oder einen Sachverhalt sowie über die vorbestehenden Urteile der Diskutanten und ihre geschichtlichen Hintergründe gesprochen werden, sondern zusätzlich noch über die zu findende gemeinsame Sprache. Folglich ist Verstehen immer interpretierend und (da zwischen vertraut und fremd vermittelt wird) übersetzend. Gadamer schließt andere Verstehensformen nicht aus (beispielsweise die Intuition), aber für ihn vollzieht sich Verstehen hauptsächlich im Medium der Sprache. Er traut der Sprache sehr viel zu: Sie kann uns aus dem Gefängnis der Vorurteile führen.

## Jürgen Habermas

1967 veröffentlichte der Philosoph und Soziologe Jürgen Habermas (geb. 1929) eine längere Besprechung von Gadamers *Wahrheit und Methode* in einer Sonderausgabe der *Philosophischen Rundschau*. Vier Jahre später baute er den Text zu einem Aufsatz mit dem Titel *Zu Gadamers „Wahrheit und Methode“* aus, veröffentlicht in einem von Karl-Otto Apel herausgegebenen Sammelband mit dem Titel *Hermeneutik und Ideologiekritik*.

Habermas formulierte skeptische Einwände gegen Gadamer. Er warnte davor, sich allzuviel Illusionen über das Verstehen zu machen. Im Verstehen sollte die Verschiedenheit des Anderen nicht aufgehoben, sondern bewahrt werden; die Suche nach Übereinstimmung sollte nicht die Differenz verwischen. Nichts anderes allerdings meinte Gadamer, wenn er warnend schreibt: „Indem man den anderen versteht, ihn zu kennen beansprucht, nimmt man ihm jede Legitimation seiner eigenen Ansprüche.“ Fürsor-

ge kann zur subtilen Herrschaft werden (wie schon Nietzsche warnte).

Habermas berücksichtigt mehr als Gadamer den Umstand, dass Sprache zwar das vornehmste Verständigungsmittel ist, diese aber oftmals durch gesellschaftlich vorhandene Herrschaftsverhältnisse entstellt ist, die es aufzudecken gelte. Es bedürfe einer geschichtsbewussten Ideologiekritik. Habermas empfand Gadamer als zu unterwürfig der Autorität der Tradition gegenüber. Insgesamt war Habermas nicht so skeptisch, was die Möglichkeit haltbarer Aussagen über ein Sozialsystem oder ein Werk oder einen Menschen angeht. Aber er berücksichtigte vielleicht zu wenig, dass alle von ihm favorisierten theoretischen Grundaussagen über Kommunikation, Sozialisation, kulturelle Traditionen und sozialgesellschaftliche Evolution selbst wieder Gegenstand kontroverser Ansichten sind.

Nach gut 2500 Jahren Geschichte der Hermeneutik kann man feststellen, dass die Beschreibung des Menschen als *animal comprehendens* (lat.: begreifen, erfassen, verstehen) vor allem in Disziplinen wie Anthropologie, Soziologie, Psychologie und Psychotherapie fruchtbare Wirkung entfaltet hat. Wer immer sich mit dem Wesen des Erkennens, Verstehens, Interpretierens und Wahrheits-suchens befasst, wird auf die hermeneutischen Arbeiten der Philosophen zurückgreifen müssen.

Zur Diskussion um einen bestimmten Gegenstand oder Sachverhalt gesellte sich die Infragestellung von Vor-Urteilen, die Ausschaltung sachfremder Einflüsse, das Eingeständnis, dass ein vollständiges Verstehen ohnehin niemals möglich ist, die Unendlichkeit der Analyse, die parallel zu führende Verständigung um Begriffe – das alles bedeutet notgedrungen eine enorme Ausweitung des Diskussionsgegenstandes und eine möglicherweise inakzeptable Verlängerung des Dialogs, was manchmal daran zweifeln lassen



kann, ob Verstehen und Verständigung überhaupt möglich sind.

Eine universale Hermeneutik der menschlichen Existenz sollte sich aber auch um das Verstehen von gesellschaftlich, historisch und politisch brisanteren Phänomenen bemühen: Ungerechtigkeit, Unterdrückung, Ausbeutung, Patriarchat, Imperialismus, Chauvinismus, Fanatismus, Fundamentalismus, Krieg, Militarismus, Aberglauben, Hierarchien, Erziehungsmethoden und Bildungsdefizite. Zu derlei Themen haben sich die Großmeister des Verstehens selten geäußert. Sie beschäftigten sich lieber mit Lyrik und die schönen Künste, mit Mythologie und Theologie.

Folgen wir lieber Nietzsche, der Erkenntnis als Lust erlebte. Das Leben sei ein Experiment des Erkennenden und nicht nur Pflicht und Verhängnis. Der Sinn des Lebens sei das Erkennen, sagt Nietzsche, das Leben selbst ein Mittel der Erkenntnis. Mit dieser Beurteilung im Herzen könne man tapfer sein, sogar fröhlich leben und lachen. Das meinte er mit der *Fröhlichen Wissenschaft* (1882).

### Verstehende Tiefenpsychologie

In den vorangegangenen Kapiteln und im Kapitel über »Unmittelbares und mittelbares Verstehen« wurde bereits einiges zum Verstehen und Verstehensprozess gesagt. Da Verstehen und Verständigung eine so grundlegende Erfordernis im täglichen Miteinander sind, liegt es nahe, sich dieser Thematik noch einmal zu nähern, zumal von Therapeuten eine ausgebildete Fähigkeit zum Selbst- und Fremdverstehen erwartet werden darf. Als soziales Phänomen kann es zu einer Verschmelzung von Meinungen, Einsichten, Gefühlen und Wertschätzungen führen, die dem Einzelnen die Erfahrung verschafft, nicht allein zu sein. Diese Befreiung aus der Isolierung und des Unverstandenseins wird als Freude erlebt. Die Fähigkeiten der Verständigung und des Verstehens sollten möglichst früh und immer wieder eingeübt wer-

den. Psychotherapie hat unter anderem die Aufgabe, Defizite in diesen Fähigkeiten auszugleichen.

Wie schon weiter oben ausgeführt, gibt es keinen Gegensatz von Verstehen und Erklären. Freud blieb erkenntnistheoretisch dem Bezugsrahmen einer erklärenden Psychologie verhaftet, während Alfred Adler als erster in der Tiefenpsychologie das Verstehen unter wissenschaftstheoretischem Aspekten thematisiert hat. Beide treffen sich wieder in einer existenziellen oder Tiefenhermeneutik. In dem Freud im Rahmen seiner Selbstanalyse in sein Unbewusstes, seine verdrängten Seelenanteile und seine Triebstruktur vordrang, ließ er eine intime Nähe zum eigenen Erleben zu, die weit über eine distanzierte Forscherhaltung hinausging. Adler wiederum meinte, mit seinem Begriff des Gemeinschaftsgefühls und dem »absoluten Gesetz« der Evolution Existenzielles am Menschen erkannt zu haben. Er trug damit Erhellendes zur Dynamik von basalem Selbstwertstreben und allgegenwärtigem Minderwertigkeitsgefühl bei. Adler brachte durch Güte und Herzlichkeit das »dialogische Prinzip« (Martin Buber) in Therapie und Beratung zur Geltung. Therapeutisch wirksam werden dabei vier Ebenen des Verstehens: Sprachverstehen, Ausdrucksverstehen, Charakterverstehen und Personverstehen. So kompliziert das theoretisch erscheint, so war die Individualpsychologie zugleich auch immer vom gesunden Menschenverstand geleitet. Mehr als Freud war es Adler daran gelegen, sofort eine authentische und gleichberechtigte Beziehung zwischen Therapeut und Klient herzustellen. Er achtete peinlich darauf, sich nicht in Kämpfe mit den Patienten verstricken zu lassen. Der Therapeut bietet unter anderem sein Gemeinschaftsgefühl im Gespräch an. So wird eine Atmosphäre des gemeinsamen Erforschens der Lebensprobleme des Patienten konstellierte. Das Sich-hineinversetzen in den Anderen, das Nachvollziehen seines Seelenlebens ist eine unerlässliche Bewegung auf den Anderen hin.

Das Medium des Verstehens ist nicht nur die Sprache. Es geht ebenso um die vorsprachliche bzw. nonverbale Kommunikation. Freud verfolgte noch das Prinzip der Heilung durch die Sprache. Das ist richtig, da Verstehen vornehmlich mit dem Mittel der Sprache erfolgt. In einer etwas längeren, vertrauensvollen Beziehung kommen aber auch Blicke und Gesten zum Tragen. Das Hauptmedium aber bleibt die Sprache, und es ist bemerkenswert, dass die neueren Lehrbücher die Bedeutung der Sprache nicht eigens thematisieren. Anna O. prägte für das Verfahren der Aussprache mit Josef Breuer bekanntlich die Wendung »talking cure«. Es wird viel gesprochen und besprochen in einer Psychotherapie, und zugleich ist eine gute Stimmung unerlässlich, um den Anderen möglichst vollumfänglich zu verstehen. Freud entwickelte nicht, wie vielleicht aus heutiger Sicht zu erwarten gewesen wäre, eine Theorie der Sprache und des Gesprächs. Jürgen Habermas (1968) hat den damals herrschenden naturwissenschaftlichen Erkenntnisrahmen als Hindernis verstanden, durch das Freud von einer konsequenten Entwicklung der Psychoanalyse zu einer Sprachtheorie abgehalten wurde. Aber vielleicht hat Habermas auch die abstinente Spiegel-Haltung des Therapeuten unterschätzt, die die Adepten der Psychoanalyse zu einem distanzier-ten Zuhören und den Patienten zum Monologisieren verpflichtete.

Das Verstehen als Phänomen stellt sich vom Verstehenden und vom Verstandenen aus gesehen verschieden dar. Der Eine hat zunächst das Erlebnis des Verstandenhabens, der Andere das Erlebnis des Verstanden-seins. Für beide ist es ein Erlebnis, das gefühlsmäßig stark wirkt. Kennzeichnend ist ein Gefühl oder ein Bewusstsein der Übereinstimmung, der teilweisen oder völligen Identifikation zweier Teilnehmer. Es ist somit ein soziales Phänomen (auch das lag nicht auf der frühen intrapsychischen Linie der Psychoanalyse). Für den Patienten bedeutet

dieses Erlebnis eventuell ein Heraustreten aus seiner Lage der Isolation und des Monologs. Überhaupt ist Verstehen in der Therapie immer ein Akt der Zwischenmenschlichkeit, ein Glücksfall, eine Beziehungsaufnahme. Bei Verständnislosigkeit lösen sich Verbindungen. Viele Patienten fühlten sich früher oder aktuell unverstanden, was auf Dauer mit einem Gefühl der Leere und Sinnlosigkeit einhergeht.

Die Frage nach den Grenzen des Verstehens ist in der Therapie wie im Alltag immer gestellt. Im Grunde müsste das Thema des Verstehens mit dem Nichtverstehen beginnen. Das Nichtverstehen ist die Grundform, von der immer auszugehen und mit der immer zu rechnen ist. Die Erfahrung des Nichtverstehens ist der Hintergrund für das Glück des Verstehens. Temporäres Nichtverstehen ist jedoch in einem gut geführten Gespräch kein Beinbruch. Der Gesprächspartner oder der Therapeut darf sogar sein Unverständnis zum Ausdruck bringen, sofern er sich weiterhin um Verstehen bemüht.

Verstehen und Verständnis hängen eng zusammen mit der sozialen Verwobenheit des Gesprächspartners. Jedes Verstehen bedeutet einen Schritt vom Privaten zum Sozialen. Vom Therapeuten wird eine hohe Verstehensleistung erwartet, aber der Patient sollte sich bemühen, sich später selbst zu verstehen. Therapie ist Verstehen des Patienten und zugleich Förderung des Selbstverständnisses.

In der Psychotherapie ist ein Verstehen gefordert, dass über das oberflächliche Alltagsverstehen hinausgeht. Der ganze Mensch in seiner Individualität, in seinem Gewordensein und in seiner Störung soll verstanden werden. Der Therapeut beginnt mit dem interessierten Beobachten. Er sammelt Eindrücke und Informationen für eine spätere Synthese. Ein erster vager Eindruck wird intuitiv erfasst, doch Fragen nach vielen Details, die in Beziehung zueinander gesetzt

werden, lassen auf der Basis theoretischer Vorannahmen ein Bild oder eine Idee entstehen. Man fragt nach der Genese von Symptomen ebenso wie nach dem Sinn von Symptomen.

Ein Problem ist dabei, dass die Beobachtung selbst schon das »Objekt« verändert. Psychologische Beobachtung und psychologisches Verstehen kann nicht neutral vollzogen werden. Schon der Blick des Therapeuten auf den Klienten kann eine leicht verändernde Wirkung haben (Jean-Paul Sartre hat zur Theorie des Blicks Wesentliches beigetragen). Es sollte natürlich ein wohlwollender Blick sein, weniger ein analytischer, einer, der den Patienten beruhigt und ermuntert. Der Therapeut sollte durch wohlwollende Freundlichkeit dem Patienten dazu verhelfen, sich in Richtung auf mehr Offenheit zu entwickeln. Nicolai Hartmann nannte dies den »liebenden Blick«. Das weiter oben erwähnte Personverstehen wird definiert als eine ethische Interaktion, in welcher die Ziele und Werte des Patienten erfasst werden. Wenigen ist bewusst, dass jeder Entscheidung eine Wertentscheidung zu Grunde liegt. Sich darüber klar zu werden, bringt das Selbstverstehen entscheidend voran.

Wie schon angedeutet, lassen sich mehrere Schichten des Verstehens unterscheiden. Die erste ist die nonverbale Ebene des körperlichen Ausdrucks. Alfred Adler riet seinen Schülern gelegentlich, sich die therapeutische Situation als Pantomime vorzustellen: Man achte nicht auf die Worte, sondern auf Gestik, Mimik, Kleidung und Körperhaltung. Sie geben Hinweise darauf, in welcher Stimmung sich das Gegenüber befindet und was eventuell seine Worte meinen.

Die zweite ist das Sprachverstehen, wo es um die inhaltliche Bedeutung der Worte und Sätze geht. Geschaffen werden soll eine gemeinsame Welt, ein Verständigungsrahmen, in welchem sich der Dialog vollzieht. Dabei ist es wichtig, dass der Therapeut die Bedeutungen erfasst, die in den Begriffen des Patienten mitschwingen. Ebenso be-

deutsam ist es zu erahnen, was der Patient unausgesprochen lässt. Günstig ist natürlich eine breite Sprachfähigkeit des Therapeuten, der sich möglichst in den Schlüsselbegriffen von Wissenschaft, Kunst und Philosophie auskennen sollte.

Die dritte Ebene nennt sich Charakterverstehen. Es gilt, etwas Durchgängiges, einen roten Faden, in den Äußerungen, dem Verhalten und dem Ausdruck des Patienten zu finden. Gerade die Individualpsychologie ist als Lebensstilanalyse konzipiert. Charakterzüge sind teils angeboren, teils sind sie ein Echo der bisherigen Beziehungserfahrungen, ein schablonenhaftes Verhalten. Charakter lässt sich definieren als der durch alle Lebensäußerungen hindurch gehende, gegen äußere Einflüsse recht beharrlich widerstehende Grundzug in Beziehungsgestaltung, Haltung, Gesinnung und Handlung. Man könnte auch vom Kern der Persönlichkeit sprechen. Mit dem Charakterbegriff wird der statische Aspekt des Gewordenseins eines Individuums bestimmt. Wie man heute weiß, kann sich ein Charakter im Laufe der Jahrzehnte durchaus deutlich verändern. Alfred Adler vertrat die Meinung, dass besonders die unangenehmen Charakterzüge allesamt Ausdruck einer ungelösten Selbstwertproblematik seien. Sie seien Versuche, ein Gefühl der Minderwertigkeit durch überhöhte Persönlichkeitsgefühle auszugleichen. Das scheint jedoch zu eng gedacht. Man muss sich klarmachen, dass die erworbenen Charakterzüge über Jahre und Jahrzehnte wirksam dazu beitragen, das Selbstwertgefühl einigermaßen zu stabilisieren. Sie werden dysfunktional unter bestimmten Bedingungen, zum Beispiel in Versuchungs- und Versagungssituationen.

Die umfassendste Verstehensleistung in der Psychotherapie (aber nicht nur dort) ist das Personverstehen. Sprachen Psychologen früher von Seele, so ist »Person« deren wahrer Nachfolgerbegriff. Person ist nun nicht gerade ein einfacherer Begriff als der der Seele. Besonders zeigt sich in der Person

gerade nicht jene »Einheit« und Ganzheit, die Adler in jedem Menschen zu finden glaubte. Der moderne Mensch ist durch Zerrissenheit und Uneinheitlichkeit, durch widerstrebende Motive und Interessen gekennzeichnet.

Person im philosophischen Sinn wird von manchen als das Wesen des Menschseins vor dem Hintergrund des abendländischen Denkhorizonts gesehen: Dem Menschen als Person wird eine gewisse Freiheit der Entscheidung und Verantwortlichkeit für sein Handeln zugeschrieben. In der Psychologie wird Person synonym zu dem Begriff Individuum verwendet, es sei denn, man sieht wie Josef Rattner (siehe Kapitel »Personalismus«) in der Person die unteilbare Gesamtheit eines Individuums, von seiner äußeren Gestalt bis ins Innerste seiner Existenz, seine Geschichte ebenso wie seine Zukunft. Das Gegenüber sollte nach Adler und Rattner nicht zergliedernd beschrieben, sondern in seiner Ganzheit erfasst werden. Die psychologischen Einzelercheinungen treten zurück zugunsten eines erlebten oder erspürten ganzheitlichen Sinnzusammenhangs. Die Trennung von Subjekt und Objekt wird aufgehoben oder überwunden.

Gegen das Personverstehen ist jedoch Skepsis angebracht, da jeder Mensch mit dem seiner Spezies mitgegebenen gedanklichen Instrumentarium an das Gegenüber herangeht. Eine Grundform des Verstehens ist der Analogieschluss. Der Mensch vergleicht immer, aber dieser Vergleich kann in die Irre führen. Unser Verstehen wird erleichtert, wenn die Gestalt eines Menschen oder eines Werkes uns als sinnvoll erscheint. Das macht es so schwer, die Psychosen und Schizophrenien zu verstehen, obwohl einige Autoren betonen, auch deren inneren Gehalt und Zielgerichtetheit verstehen zu können (Frieda Fromm-Reichmann zum Beispiel).

Wilhelm Dilthey sah die höchste Stufe des Verstehens in der menschlichen Fähigkeit

des Nacherlebens. Doch können wir andere Personen nur verstehen, wenn wir die Kohärenz ihrer Überzeugungen annehmen, d.h. wenn wir annehmen, dass ihre Überzeugungen weitgehend widerspruchsfrei (konsistent) und zusammenhängend sind. Das übersah Dilthey, als er 1910 vom Verstehen anderer Personen und ihrer Lebensäußerungen sprach. Inkonsistente Lebensäußerungen können nicht nacherlebt werden. Auch Spranger war zu optimistisch. Er hatte aber gewiss Recht, auf eine Bedingung des existenziellen Verstehens hinzuweisen: Verstehen bedarf des Abstandes. Wir können das Jugenalter (darüber hatte Spranger 1924 eine kleine Monografie verfasst) nicht verstehen, wenn wir selbst noch darin verfangen sind. Und wir dürfen uns mit Menschen identifizieren und sie »nacherleben«, sollten dann aber nicht allzu viel vom Verstehen erwarten, denn wir sind dann der Person zu nahe. Uns fehlt der Überblick, oder wie Spranger sagte, uns fehlen die »objektivistischen Zusammenhänge«.

Hatte Adler Recht, als er 1913 sagte, man versteht einen Menschen am besten durch künstlerische Versenkung und intuitive Einfühlung, Verstehen sei ein Akt der Identifikation? Spranger hätte widersprochen. Denn bei aller künstlerischen Versenkung und intuitiver Einfühlung darf das Methodische am Verstehensvorgang nicht vernachlässigt werden.

Die Person ist neben dem Objekt zugleich das Instrument des Verstehens. Je reifer und wissender sie ist, umso mehr kann sie verstehen. Der Dumme erkennt den Klugen nicht, der Kluge erkennt den Dummen. Die Selbsttransparenz des eigenen Ich wird damit zur guten Vorbedingung für die Interpretation eines Du. Wie bei der Textinterpretation ist ein reiches Innenleben vorteilhaft für die Interpretation einer Person. Wenn man annimmt, dass jeder, der einen anderen verstehen will, sich zunächst im Zentrum seines eigenen Bezugssystems befindet, so

erhebt sich beim Therapeuten die Forderung nach einem umfassenden und ethisch hoch stehenden Lebensvollzug, da andernfalls ein adäquater Beurteilungsmaßstab fehlt. Der Therapeut sollte sich zu einer annähernd integren Persönlichkeit erziehen und entwickelt haben, wenn er ohne Gefahr für den Patienten arbeiten will. Er sollte eine umfanglichere Persönlichkeit als sein Gegenüber sein, er sollte über höhere Tugenden, mehr Lebenskenntnis und ein tieferes Selbstverständnis verfügen. Gäbe es kein Gefälle zwischen Therapeut und Patient,

dann wäre Verstehen fraglich. Aber man muss nicht in allen Belangen dem Patienten überlegen sein. Dieser ist oftmals in Spezialgebieten weit kenntnisreicher als sein Therapeut, aber in Fragen der Selbsterkenntnis und der Menschenkenntnis sollte der Therapeut ein Plus haben. Oft kollidieren in der Therapie die Lebensstile von Therapeut und Patient, so dass ein Kontrast oder gar ein Dissens entsteht. In diesem Fall sollte der Therapeutenstil überzeugender sein als der Stil des Patienten – maßvoller, vernünftiger, weiterführender, verbindlicher.

## 20. Therapie

---

Tiefenpsychologen sind ausgebildet im Erkennen, Verstehen und Bewusstmachen halb- und unbewusster Motive und Fantasien, von Vorstellungen, Ideologien, Denkmustern, Illusionen und des trieb- und affektgesteuerten ebenso wie des rationalen Handelns. Ihre Aufgabe besteht u.a. darin, irrationales Denken und destruktives Handeln aufzuspüren und zu verstehen, mit dem Ziel einer Integration in die Persönlichkeit, mit den damit verbundenen oft schmerzhaften Verarbeitungsprozessen und im Sinne einer Selbstverfeinerung und Selbstdisziplinierung. Dazu gehören unter anderem das Erkennen von Abwehrmechanismen und von Kompensationen, das Verstehen ihrer Auswirkungen auf das einzelne Individuum, ferner der Umgang mit Ohnmacht, Versagung, Scham, Schuld, Aggression, Wut, Angst, Trauer, Neid und Eifersucht. Zur Therapie gehören auch die Ermutigung, zu sich zu stehen, die Schulung der Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung sowie der reflektierte Umgang mit sich selbst und in Beziehung zu Anderen. Damit werden häufig auch die verdrängten, abgespaltenen und schambe-setzten Seiten einer Persönlichkeit angesprochen, die Schuldgefühle erzeugen und die dem eigenen Ideal-Ich oder gesellschaftlichen Stereotypen widersprechen. Der Weg der Therapie mündet ein in die Selbsterkenntnis; hier geht es um Fehlentwicklungen, krankmachende Störungen, die sich nur über den Weg der Selbstaufklärung, verbunden mit den dazugehörigen Verarbeitungsprozessen im Sinne einer Reifung der Persönlichkeit zurückdrängen lassen. Es geht um das Verstehen der eigenen Entwicklung ebenso wie um Symptombhebung und um gesund machende Anpassungsprozesse.

Neue Verhaltensweisen sollen und müssen

geprobt und erlernt werden, insofern hat jede Therapie auch verhaltenstherapeutische Anteile. Bewusstwerden und Bewusstmachen heißt Offenlegen und Aushalten von all dem, was sich an Emotionen, Motiven, Traumata, Scham und Schuldgefühlen angesammelt hat. Carl Gustav Jung betonte, man müsse den Menschen die Würde seiner Selbstverantwortung und Schuld lassen. Erst dann könne er sich als Individuum damit auseinandersetzen. Reifungs- und Wachstumsprozesse benötigen ihre Zeit, ebenso wie die Integration neuer Erkenntnisse und neuer Handlungsoptionen – deshalb die manchmal lange Dauer von Therapien. Die konkreten Methoden dazu sind äußerst vielfältig und reichen von der Psychoanalyse bis zur Verhaltenstherapie.

### **Unterschiede von Psychoanalyse und psychodynamischen Therapien**

Tiefenpsychologie umfasst alle Denk- und Therapieschulen, die die weiter oben genannten Gemeinsamkeiten aufweisen. Tiefenpsychologie hat ihre Wurzeln in der Psychoanalyse, hat diese aber kräftig überwachsen. Tiefenpsychologie ist, das versuche ich zu zeigen, weit mehr als eine Therapieform, vielmehr eine fachübergreifende Methode der Menschenkenntnis. Sofern im engeren Sinne von Therapien die Rede ist, so hat sich die Psychoanalyse weiterentwickelt und ist aufgegangen in das, was man heute »psychodynamische Psychotherapien« nennt (beispielsweise Reimer/Rüger 2006 und Rudolf 2010), obwohl orthodoxe Analytiker manchmal selbst heute noch einen klaren Trennstrich gezogen haben. Die Unterschiede zeigen sich vor allem in der Therapie.

Schon der Umgang mit dem Unbewussten ist

in beiden Verfahren unterschiedlich. Während die Psychoanalyse sich vornehmlich mit dem Vergangenheitsunbewussten befasst, konzentrieren sich die psychodynamischen Verfahren auf die bestehenden unbewussten Motive und Wünsche. Das Gegenwartsunbewusste bezieht sich auf das Hier und Jetzt und beinhaltet die aktuell wirksamen Kompromisse in Partnerschaft und sozialem Umfeld. Das Gegenwartsunbewusste ist insbesondere auf die Vermeidung von Beschämung, Verlegenheit und Demütigung ausgerichtet. Das lässt sich meist direkt an den aktuellen Beziehungskonflikten ablesen. Die psychodynamischen Verfahren beginnen in der Gegenwart, ohne die biografische Vorgeschichte zu vernachlässigen, und sind viel lösungsorientierter als die Psychoanalyse.

Bei vielen Übereinstimmungen in den anthropologischen Grundannahmen ist die psychodynamische Therapie optimistischer. Sie sucht und stützt sich auf die gesunden Anteile des Patienten. Gesucht wird nach einem Ansatzpunkt, um krank und unglücklich machende Zirkelprozesse aufzuknacken. Während der Gegenstand der therapeutischen Arbeit bei der Psychoanalyse die Ebene unbewusster intrapsychischer Konflikte ist, ist dies bei den psychodynamischen Psychotherapien die Ebene psychosozialer Konflikte.

Das breite Spektrum psychodynamisch orientierter Verfahren ermöglicht es, für jeden Patienten die ihm angemessene Therapieform zu finden, während Psychoanalytiker ein striktes Therapiemanagement vorschreiben (Liegen auf der Couch; Übertragungsneurose entwickeln lassen; vier bis fünf Mal wöchentliche Sitzungen; selbst in Deutschland manchmal Selbstbeteiligung an den Kosten; keine größeren Änderungen in Beruf, Familie und Ehe während der Therapie; Urlaub nur in den Urlaubszeiten des Therapeuten usw.). In den psychodynamischen Therapien passt sich der Therapeut in Maßen an den Patienten an; umgekehrt fragt der Analytiker, ob der Patient für eine Psychoanalyse geeignet ist. Deutungen sind in der Psycho-

analyse zentral, in den psychodynamischen Verfahren sind sie ein Mittel unter vielen. Die psychodynamischen Verfahren sind in aller Regel dialogisch und finden im Sitzen statt, während Psychoanalyse ein vom Therapeuten beobachteter Monolog des Patienten ist.

Nur in der Psychoanalyse soll sich durch das regressive Setting bewusst eine Übertragungsneurose einstellen, in der sich theoretisch vorausgesetzte infantile Konflikte wiederbeleben. In den psychodynamischen Therapien stehen symptomauslösende oder symptomverstärkende interpersonelle Konflikte mit einem pathogenen Interaktionsmuster im Vordergrund. Dieses pathogene Interaktionsmuster muss sich durchaus *nicht* an der Person des Therapeuten wiederholen. Insofern spielt in der Psychoanalyse die vergangene, vor allem kindliche psychosoziale Situation eine Hauptrolle, in den psychodynamischen Verfahren mehr die aktuelle. In der Psychoanalyse soll der Patient auf ein infantiles Strukturniveau zurückfallen, wobei frühere Traumata und Abwehrmechanismen über die Einsicht in die Zusammenhänge neu konstellierte und damit bearbeitbar werden sollen. Die psychodynamischen Verfahren gehen von den aktuellen zwischenmenschlichen Konflikten sowie ihren oftmals dysfunktionalen Lösungsmustern aus, ohne die früheren außer Acht zu lassen. Die Dysfunktionalität soll erkannt und korrigiert werden.

Die starre Haltung orthodoxer Analytiker hat viel zum Niedergang der Psychoanalyse in den USA und zu ihrer Marginalisierung in Europa beigetragen, während sich die psychodynamischen Behandlungsverfahren – beginnend mit Alfred Adler und der Individualpsychologie – einer anhaltend lebhaften Entwicklung erfreuen. Die psychodynamischen Verfahren haben sich zwar aus der frühen hochfrequente Langzeitpsychoanalyse heraus entwickelt, gehen aber in wichtigen Dimensionen über sie hinaus – man könnte auch sagen, lassen die klassische Psychoanalyse weit hinter sich.

## Setting

Die Tiefenpsychologie zeichnet sich durch ein besonderes Setting aus, das sind der Ort und die Situation, in welchen tiefenpsychologisches Wissen gesammelt wird. Dies ist das Feld für die Gewinnung von Daten, wie es sonst in keiner anderen Disziplin zur Verfügung steht. Durch die analytische Situation wird versucht, das Unbewusste anzuregen, sich dem Ich des Patienten oder des Therapeuten mitzuteilen. Tiefenpsychologen meinen, sie könnten die Botschaften des Unbewussten gleichsam *in statu nascendi*, das heißt ohne bewusste Überarbeitung, erfassen. Das mag manchmal so sein, aber im Großen und Ganzen dürften die Aussagen immer „zensiert“ sein. So einfach ist der Zugang zum Unbewussten nicht.

„Setting“ bezeichnet die Anordnung, das räumliche Arrangement, in welchem Therapie stattfindet. Das berühmteste Setting ist das mit der Couch, wie Sigmund Freud es vormachte. Auf einem altmodischen Divan, unterstützt von einer Anzahl von Kissen im Rücken, streckt der Analysand seine Beine aus, schaut aus dem Fenster, an die Wand oder die Decke, und lässt möglichst unbeeinflusst seine Gedanken schweifen. Zur spezifischen Gestaltung eines psychoanalytischen Setting gehören Bilder an den Wänden, antike Figuren auf dem Schreibtisch und dicke Teppiche. Es gibt ziemlich viele Couch-Witze und es gibt ziemlich viele erotische Fantasien um dieses Möbelstück, das sich hervorragend für theatrale Inszenierungen eignet. Der Alltag der Therapeuten ist meist nüchterner.

Die meisten Therapeuten halten es heute etwas schlichter, vor allem wird heute meistens im Sitzen therapiert. Das drückt die prinzipielle Gleichwertigkeit der beiden Beteiligten aus. Die Behandler achten auf freundliche, einladende Räume, die man gerne betritt.

Die Gestaltung der Therapie kennt viele weitere Varianten, je nachdem ob es sich um Einzel- oder Gruppentherapie, Kinder- oder Erwachsenen-therapie, Gesprächs- oder Körpertherapie handelt. In der Kunst-, Musik- oder Maltherapie betrifft das Setting darüber hinaus die Verwendung unterschiedlicher Medien wie Farbe, Ton, Holz, Stein, verschiedene Instrumente, Figuren (für die Kinder ein Bauernhof) oder das „Tonfeld“, wo man mit den Händen aus Matsch etwas formt. Tiefenpsychologen setzen in der Regel wenige bis gar keine technischen Instrumente ein, die direkte Begegnung soll nicht abgelenkt werden. Tests werden in unterschiedlichem Umfang verwendet; mal bilden sie das Rückgrat der Anamnese, mal dienen sie der Unterstützung oder Bestätigung für den Eindruck des Therapeuten.

Zum Setting gehören auch die Anzahl der Stunden pro Woche und die Gesamtstundenzahl. Die höchste Frequenz hat die Psychoanalyse mit drei bis fünf Stunden pro Woche und manchmal mehr als 300 Stunden, die meist liegend absolviert werden. Die Analytische Psychotherapie Jungscher Herkunft ist ähnlich wie die Psychoanalyse, jedoch mit etwas klarer abgegrenzter Konfliktlage und Symptomatik und eher an aktuellen Strukturen und Konflikten orientiert. Die so genannte Übertragungsneurose wird gar nicht beachtet. Die Patienten bei tiefenpsychologisch orientierten Therapeuten gehen ein bis zweimal die Woche dorthin für (in Deutschland) bis zu 100 Stunden. Es wird experimentiert mit einer psychodynamischen Kurztherapie einmal die Woche mit maximal 25 Stunden, in denen an umschreibbaren Symptomen und aktuellen Konflikten gearbeitet wird. Die psychoanalytische Übertragungsneurose ist auch hier eher unbekannt, es sei denn, man hat einen Patienten mit ichstruktureller Störung vor sich. Eine unterstützende (supportive) Therapie ohne tiefenpsychologischen Anspruch braucht allenfalls 14-täglich stattzufinden,



das aber unter Umständen mehrere Jahre. Ziel ist hier die Bewältigung alltäglicher Lebensschwierigkeiten bei Patienten mit geringen eigenen Ressourcen. Tiefenpsychologische Gruppen treffen sich meist zu einer Doppelstunde die Woche bei insgesamt 40 bis 80 Doppelstunden. Man sitzt im Kreis. Für tiefenpsychologisch orientierte Paar- bzw. Familientherapien gibt es keine Empfehlungen; hier kommt es auf die Art der Schwierigkeit und die Zahl der Beteiligten an. In zehn bis 15 Stunden ist einiges zu erreichen. Bearbeitet werden aktuelle Paarkonflikte und ihre pragmatische Bewältigung.

Vor Beginn jeder Therapie steht eine Therapievereinbarung mit dem Patienten. In dieser Vereinbarung wird noch einmal der Rahmen festgelegt und bekräftigt. Zugleich sollte der Patient möglichst konkrete Ziele benennen; je genauer der Patient weiß, was er will, desto höher die Wahrscheinlichkeit eines Therapieerfolgs. Gegebenenfalls wird die Finanzierung der Therapie erwähnt, und es wird geregelt, was bei Versäumnis von Stunden passiert. Die Vereinbarung soll die aktive Mitwirkung des Patienten (Compliance) unterstützen. Sie sollte penibel eingehalten werden, kann aber in Absprache mit dem Patienten verändert werden. Es hat sich als sinnvoll herausgestellt, die Terminfolge möglichst konstant zu halten. Natürlich hat sich auch der Therapeut an diese Vereinbarung zu halten, und der Patient sollte ihn ansprechen, wenn er es nicht tut.

## Psychoanalyse

Sigmund Freud begann mit der Hypnose und anderen suggestiven Maßnahmen, rückte aber schnell davon ab, weil sich viele Patienten nicht hypnotisieren ließen und sein dringendes Fingerdrücken auf die Stirn oder die Schläfen viele Patienten nicht dazu brachte, Unbewusstes auszugraben. Er änderte sein Verfahren rasch dahingehend, dass er praktisch als einzige Anforderung an den Patienten die offenerzige Assoziation verlangte. Der Patient ruhte auf einer Couch, und der

Arzt saß auf einem Stuhl hinter der Couch, wo er vom Patienten nicht gesehen werden konnte. Der Therapeut sollte möglichst eine weiße Projektionsfläche bleiben, die der Patient fast beliebig ausfüllen kann. Der Therapeut sollte so gut wie nichts von sich preisgeben, jeglicher auch zufälliger Kontakt außerhalb der Therapiestunde war verboten.

In einer Abhandlung von 1904 erklärte Freud, wie er den Widerstand gegen die Therapie und gegen das Unbewusste mit Hilfe der Lücken und Verdrehungen im mitgeteilten Material analysierte. Ein Jahr darauf zeigte Freud am Fall „Dora“, wie man die Traumdeutung für die Psychotherapie gebrauchen konnte. Freud analysierte die so genannte Übertragung (des Patienten zum Therapeuten), die er nicht nur als Hindernis, sondern als therapeutisches Werkzeug ansah. 1910 machte er auf die Gegenübertragung aufmerksam, d.h. auf die möglichen irrationalen Gefühle des Therapeuten gegenüber den Patienten. 1912 stellte er fest, dass durchaus nicht alle Träume eines Patienten gedeutet werden müssen, und in einer weiteren Abhandlung unterschied Freud positive und negative Übertragung. Er fügte hinzu, es gebe auch gemischte Formen, und Übertragung sei überhaupt eine allgemeine Erscheinung im menschlichen Leben. In einer dritten Abhandlung führte er das Prinzip der „freischwebenden Aufmerksamkeit“ des Therapeuten gegenüber den Schilderungen des Patienten ein. Der Therapeut solle keine ausführlichen Notizen machen, sondern auf sein „unbewusstes Gedächtnis“ vertrauen. Er sollte allenfalls die Lebensdaten, wichtige Tatsachen und Traumtexte aufschreiben, mit Spekulationen solle er sich zurückhalten. In dem Aufsatz „Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung“ (1912) gab er den berühmten und leider auch befolgten Rat, dem Patienten so kühl entgegenzutreten wie ein Chirurg; er solle sich hauptsächlich darum bemühen, als Spiegel zu dienen. Der Analytiker selbst solle für den Patienten ein Rätsel bleiben.

Vielen Autoren ist aufgefallen, dass Freud höchst widersprüchliche Metaphern für die Beschreibung der psychoanalytischen Tätigkeit heranzieht. Die Spiegel-Metapher hebt die Passivität heraus, während die Chirurgen-Metapher ein aktives Eindringen beschreibt. Freud brachte seine Rolle als Psychotherapeut auch dadurch zum Ausdruck, dass er den Analytiker mit bekannten Metaphern als Archäologen, als Lehrer oder Aufklärer, dann auch als Bergführer beschrieb. Die Tätigkeit eines Bergführers ist von vergleichsweise geringerer Komplexität, die des Aufklärers und Verkünders einer neuen Weltanschauung von ungleich höherem Anspruch. Keine Metapher allein ist zureichend; der Metaphernreichtum drückt die Vielschichtigkeit des therapeutischen Prozesses ebenso wie die unterschiedlichen Rollen des Therapeuten aus.

Der Therapeut solle, so Freud weiter, auch nicht vom Patienten verlangen, über bestimmte Perioden seines Lebens nachzudenken, er solle auch nicht versuchen, den Sublimierungsprozess des Patienten in bestimmte Kanäle zu lenken. Vielmehr solle der Patient in frühere und früheste Lebensphasen eintauchen (regredieren) und darüber berichten. Dahinter steht die trügerische Annahme, es müsse immer ein frühkindliches Trauma vorliegen. Im Kapitel über Freuds Person und Werk wurde bereits auf dessen problematische Suggestionen und letztlich erfolglosigkeit hingewiesen.

Freud betonte, der Analytiker müsse selbst eine Lehranalyse durchlaufen haben. Er behauptete ferner, dass in der Übertragungssituation auf Seiten des Patienten eine Übertragungsneurose entstehe, ein angeblich notwendiges Übergangsstadium zur Heilung. Diese setze ein, wenn dem Patienten alles gedeutet worden ist und die Übertragungsneurose sich aufgelöst hat. Freud erwartete, dass der Patient nach dieser neuen Einsicht handelt. Sofern der Patient eine Frau ist, müsse der Analytiker ihr deutlich machen,

dass ihre Übertragungsliebe eine Form des Widerstands sei. Es wurde angenommen, dass weibliche Patienten ihren Therapeuten so lieben werden wie ihren Vater.

1919 wies Freud einige Analytiker zurecht, die andere Wege eingeschlagen hatten. Zu ihnen gehörte der ungarische Nervenarzt Sándor Ferenczi (1873–1933), der eine aktive, zugewandte Rolle den Patienten gegenüber einnahm. Die Analyse solle in einer Atmosphäre der Abstinenz durchgeführt werden, mahnte Freud. Und er fügte hinzu, die Psychoanalyse solle und brauche nicht durch eine Psychosynthese ergänzt zu werden; die Psychoanalyse habe nicht die Aufgabe, den Patienten zu erziehen. Ferenczi und mit ihm Franz Alexander hingegen meinten, sie müssten den Patienten einen Teil jener Zuneigung geben, die sie in ihrer Kindheit vermissen mussten.

Die Weiterentwicklungen in der Theorie brachten Änderungen in der Therapie mit sich. Im Vordergrund der analytischen Arbeit stand bald nicht mehr die direkte Erforschung des Unbewussten mittels Träumen und Fehlleistungen, sondern die Exploration der Abwehrmechanismen des Ichs. Die Aufgabe des Analytikers bestehe darin, die Abwehrmechanismen zu erkennen und zumindest einen Teil der zu Grunde liegenden Angst durchzuarbeiten. Freud gab zu, dass man die Angst nicht vollständig beseitigen kann. Die frühe Psychoanalyse nahm an, dass alle Abwehrformen anachronistisch oder unangemessen seien; sinnvolle, dem Lebensalter angemessene Abwehrformen sollten an ihre Stelle treten, aber noch war unklar, welche das sein könnten. In seinen späten Schriften, beispielsweise *Die endliche und die unendliche Analyse* (1937), war Freud pessimistisch bezüglich der Erfolge einer Psychoanalyse. Die Aussichten seien begrenzt durch biologische Faktoren, durch die Triebstärke, durch die Ich-Schwäche und besonders durch den Todestrieb. In einem nach seinem Tode veröffentlichten *Abriss der*

*Psychoanalyse* fügte Freud noch psychische Trägheit (eine Art Zähflüssigkeit der Libido) und die mangelnde Fähigkeit zur Sublimierung hinzu. Dass seine spezielle Art der Therapie ein Hindernis für den Therapieerfolg sein könnte, kam ihm nie in den Sinn.

Freud gehört mit zu den ersten Ärzten, die viel Zeit mit ihren psychisch kranken Patienten verbrachten und ihnen in wohlwollender Art zuhörten. Er gab die unsichere Hypnose auf und führte die freie Assoziation ein. Die Patienten lernten, aufs Geratewohl vor sich hin zu sprechen – die Assoziationen fließen und der Analysand springt von einem Gedanken zum nächsten. Mit fortschreitender Analyse erscheinen angeblich immer mehr Erinnerungen an immer weiter zurückliegende Kindheitsereignisse, vermischt mit Träumen und Fantasien. Der Analytiker bietet Deutungen an (welcher Art, ist noch unklar) die der Patient akzeptieren sollte, sonst wird ihm Widerstand gegen die Heilung unterstellt. Der Analytiker achtet auf die Übertragung, d.h. ein Wiederaufleben früherer Einstellungen zu den Eltern, aber jetzt gegenüber dem Therapeuten. Freud ging offenbar davon aus, dass die Beziehungen zu den Eltern immer neurotisch sind, folglich also auch zum Therapeuten. Da aber Eltern und Therapeut nicht identisch sind, sei das Bild des Patienten vom Therapeuten ausnahmslos verzerrt. Das gelte es aufzulösen. Die Behandlung wird durch die Auflösung der Übertragungsneurose beendet, der Patient sieht den Therapeuten als Therapeuten. Später sprach Freud nicht nur von der negativen, sondern auch von der positiven Übertragung. Es blieb unklar, ob auch die gute Beziehung „aufgelöst“ werden muss. Er ging fest davon aus, dass jede Patientin sich über kurz oder lang in den Therapeuten verliebt und ihn verführen möchte. Und jeder männliche Patient opponiere bis zum Ende gegen den Therapeuten. Eine sachgemäße, gleichberechtigte Beziehung war in seiner Psychoanalyse zumindest theoretisch nicht vorgesehen.

Die Patienten mussten jede Behandlungsstunde im Voraus bezahlen. So sollte verhindert werden, den Therapeuten durch Fortbleiben und Zahlungsverweigerung zu bestrafen. Wer nicht gerne kam, dem wurde unterstellt, er wolle den Therapeuten entwerten. Als praktisch einzige Therapieform setzt die klassische Psychoanalyse das „Regredieren“ ein. Als Ich-Regression wird das Absinken des Ich-Niveaus auf einen früheren Zeitpunkt der individuellen Entwicklung bezeichnet. Dabei können bereits erreichte Ich-Funktionen vorübergehend wieder verloren gehen. Freud war der Ansicht, dass die Patienten in eine Regression verfallen müssen, also in früheste kindliche Zustände, was heute eher als Umweg, als unnötig, unmöglich oder gar gefährlich (wegen des Verlustes der Kontrollfähigkeit) angesehen wird. Heutige Therapien vermeiden eher die Regression und wollen den Patienten in einem „vernünftigen“ und kontrollierten Zustand erhalten.

Über die *tatsächliche* Handlungsweise Freuds in der Therapie gibt es viele Anekdoten. Vielen fiel auf, dass Freud keineswegs der kühle Chirurg und undurchsichtige Spiegel war, wie er es von seinen Adepten verlangte und was Generationen von Psychoanalytikern wortgetreu ausführten. Wie Freud Patienten konkret behandelte, ist schwer zu rekonstruieren, denn die wenigen Zeitzeugen, die Hinweise auf Freuds Vorgehen hinterlassen haben, waren in der Regel Lehranalysanden und spätere Therapeuten. Es gibt praktisch nur einen vollständigen Patientenbericht, nämlich den von Albert Hirst, der wegen Suizidalität von seinen Eltern, die mit der Familie Freud befreundet war, zu Freud geschickt worden war. Sofern sich Patienten äußerten und ihre Erinnerungen niedergeschrieben haben, nimmt sich seine Behandlung, gelinde gesagt, unkonventionell aus. Freud verstieß gegen die ärztliche Vertraulichkeit, die er mit besonderem Nachdruck empfahl, er verstieß gegen die Gebote der Neutralität, indem er lobte und tadelte und indem er konkrete Hinweise für

eine Berufswahl und für sexuelles Verhalten gab. Es tauchen in Hirsts Therapie weder eine Übertragungsneurose noch ein Ödipuskomplex auf. Hirsts Neurose diagnostizierte Freud ausnahmsweise nicht als latente Homosexualität, sondern sah den Ursprung in einer syphilitischen Erkrankung seines Großvaters mütterlicherseits, mit anderen Worten eine hereditäre Degeneration.

Ellenberger schreibt: „Wenn man eine erfolgreiche Psychoanalyse durchmacht, bedeutet das also eine Reise durchs Unbewusste, eine Reise, von der der Mensch notwendigerweise mit einer veränderten Persönlichkeit zurückkehrt.“ Keine andere Therapieform ist länger als die Psychoanalyse, und vermutlich greift keine tiefer in die Persönlichkeit ein. Freud und seine Nachfolger haben auf die engen Voraussetzungen, Einschränkungen, Kontraindikationen und Gefahren der Psychoanalyse hingewiesen. Es war unvermeidlich, dass die Psychoanalyse als Therapie schon bald durch andere, weniger mühsame und dennoch wirksamere Therapien ersetzt werden würde, während ein paar Privilegierte sie sich als einzigartige Erfahrung leisten können, die manchmal allerdings auch eine traumatische und abstoßende Erfahrung ist. Das beharrliche Schweigen der Therapeuten können nur wenige aushalten.

## Individualpsychologie

In der psychoanalytischen Therapie liegt der Patient auf der Couch, der Arzt sitzt hinter ihm und ist verbal zu großer Zurückhaltung verpflichtet. Diese Arzt-Patienten-Beziehung blieb für Alfred Adler und für so gut wie alle Folgenden im Grunde unnatürlich und schon deswegen der Heilung des Patienten wenig förderlich. Einer solchen Art der Begegnung widersprach Adlers Prinzip der Gleichwertigkeit von Arzt und Patient. Warum sollte der eine zur Aktivität verpflichtet sein, der andere zur Passivität, warum sollte der eine bis

zur äußersten Selbstentblößung gehen, der andere sich jeder persönlichen Äußerung entziehen können? Nicht erst S. Ferenczi und F. Alexander, schon Adler durchbrach das Abstinenzprinzip, wonach der Arzt dem Patienten keine Einblicke in sein persönliches Leben geben dürfe. Die Beziehung ist in der Individualpsychologie als Partnerschaft, ja als Freundschaft gekennzeichnet. Die Therapie ist für die Individualpsychologie nicht nur eine Frage der erlernten Technik, sondern auch eine einmalige und stets neue menschliche Begegnung, mit die intensivste und intimste, die es geben kann. Es ist keineswegs gleichgültig, wer der Therapeut ist und wie er ist. Von seiner Persönlichkeit bleibt die Prognose jeder Neurosenbehandlung mit abhängig.

Die Sitzungen in der Individualpsychologie sind weniger häufig und die Behandlung ist viel kürzer als eine Analyse bei Freud. Die strengen Regeln der Psychoanalyse, die unabhängig von den Bedürfnissen des Patienten diesen übergestülpt werden, werden zugunsten eines freundschaftlichen Gesprächs aufgegeben. Die Individualpsychologie bezieht bei Bedarf Partner und Kinder (bei Kindern die Eltern) mit ein. Viele Dogmen der Psychoanalyse werden auf die leichte Schulter genommen, darunter die Bezahlung, die strikte Kontaktsperre außerhalb der Therapie, das Urlaubsverbot etc. Adler traf sich mit seinen Unterstützern des abends gern in bestimmten Wiener Cafés, und er hatte nichts dagegen, dass Patienten, die aufgeweckt waren, schon nach wenigen Therapiestunden mit hinzu gebeten wurden.

Adlers Technik beginnt mit dem axiomatischen Grundsatz, die meisten Menschen streben nach einem verborgenen Ziel, von dem sie nichts wüssten. Das Ziel der Überlegenheit zu erkennen, würde den Schlüssel zum Verstehen der Persönlichkeit eines Menschen liefern. Aus der kritischen Beobachtung seines Verhaltens lässt sich das Ziel ableiten. Adler und die frühe Individu-

alpsychologie geht ähnlich vor wie der Astronom, der die Bahn eines neuen Sterns voraussagen möchte. Er bestimmt eine Reihe aufeinander folgender Positionen und konstruiert von da aus die Richtung und Geschwindigkeit des Sterns. Der Individualpsychologe achtet also auf die ersten Kindheits-erinnerungen, den Eintritt in den Kindergarten und die Schule („Schwellensituationen“), das Verhalten in schwierigen Situationen wie beispielsweise Prüfungen, das Konfliktlösungsverhalten, die Position in der Geschwisterreihe, die aufeinanderfolgenden Berufswünsche des Kindes, seine Träume und einiges mehr. Um einen Menschen zu beurteilen, müsse man noch mehr hinzuziehen, bspw. ob er ein visueller, auditiver oder motorischer Typ ist, wie groß seine natürliche psychische und physische Energie ist, ob er Organschäden hatte oder hat und wie groß sein Mut ist. Eine Lieblingsfrage Adlers war: „Was würden Sie tun, wenn Sie das Leiden nicht hätten?“ Die Antwort gab vermeintlich einen Hinweis darauf, was der Patient in Wirklichkeit vermeiden will – vermeintlich, weil diese Fragen in der Praxis oftmals keine befriedigenden Antworten erbringen und zur Klärung des Lebensproblems wenig beitragen oder weil noch ganz andere Einflüsse zu berücksichtigen wären.

Die Phänomene des Widerstands und der Übertragung, insbesondere die Übertragungsneurose, die in der Freud'schen Psychoanalyse so grundlegend wichtig erscheinen, wurden und werden von Adlerianern als Artefakte angesehen. Adler kannte den „Widerstand“, nur dass er ihn „männlichen Protest“ nannte, d.h. jeder wolle „ein ganzer Mann“ sein (auch die Frauen). Damit war auch das geheime Ziel benannt. Ein anderes (neurotisches) Lebensziel kannte die Individualpsychologie nicht. Widerstand war unerwünscht in der Therapie und der Patient wurde sofort darauf hingewiesen. Oder Widerstand entstand gar nicht erst in der freundlichen Gesprächsatmosphäre. Übertragung betrachtete Adler als einen neurotischen Wunsch, der zugunsten einer gleich-

wertigen Beziehung ausgerottet werden müsse. Anders als Freud arbeitete Adler viel und gern mit schwierigen Kindern und Schülern zusammen, die in seine Wiener Beratungsstellen gebracht wurden. Immer wurden Lehrer und Eltern mit einbezogen. Gerühmt wird seine unkomplizierte Art, sofort Kontakt herstellen zu können. Er galt als Meister des ungezwungenen Gesprächs. Die Schulung von Eltern und Lehrern in praktischer Menschenkenntnis war mit Teil seiner Vorstellung von Neurosen-Prophylaxe.

Mit der ärztlichen Idee von der Erziehung der Bevölkerung als Neurosenprophylaxe erfolgte bei Adler ab 1904 der entscheidende Schwenk zur Pädagogik mit den zentralen Ingredienzien Willensstärkung und Ermutigung. Die „Verzärtelung“ war ihm mit das größte Übel der Erziehung. Das führte weiter zu der Frage, in welche generelle Richtung erzogen werden sollte. Adler antwortete, zu fördern seien alle „ethisch wertvollen Bestrebungen“, die zu einer „Kulturfähigkeit“ führen. Das erfordere einen aktiven Einsatz aller Beteiligten. Und so fanden schüchterne oder empfindliche Kinder keine Gnade vor seinen Augen, von größeren Fehlern ganz abgesehen.

Die Behandlung von Verhaltensanomalien (die Unfähigkeit, mit der sozialen Wirklichkeit zurechtzukommen) durch Ermutigung und Ausbau der gemeinschaftlichen Zusammenarbeit lässt sich viel breiter anwenden als der psychoanalytische Ansatz. In jedem Fall besteht das Ziel darin, den Klienten durch Ermutigung neu zu orientieren. Optimismus und Ermutigung bleiben überdauernde Kennzeichen der Individualpsychologie. Die wichtigste *Technik* der Behandlung, zugleich auch Sinn und Ziel, ist die Ermutigung, der Weg dorthin die Einsicht. Ermutigung erfolgt, indem dem Patienten aufgezeigt wird, welchen vielversprechenden anderen Weg er einschlagen könnte. Er besteht darin, sich anzuschließen an einen Partner/eine Partnerin, an die Familie und die Berufskollegen, sich den Mitmenschen

zuzuwenden, das Haus zu verlassen, um kulturelle Veranstaltungen zu besuchen und überhaupt mehr am sozialen Leben teilzunehmen. Adler kam es nicht in den Sinn, dass partnerschaftliche, familiäre und gesellschaftliche Strukturen neurotisch sein könnten und der Patient Grund hat, ihnen auszuweichen. Jedenfalls sollten Ermutigung und Einsicht den Weg zu einem gesunden Selbstwertgefühl weisen, das sich seine Bestätigung aus der Nützlichkeit für die Allgemeinheit holt. Den Schritt von der Psychologie zur Lebensphilosophie und zur Menschenkenntnis unternahm Adler bewusst, und er nahm bewusst in Kauf, damit den Bereich der wissenschaftlichen Medizin zu verlassen. Freud, im Unterschied dazu, verzichtete zumindest der Theorie nach auf jede inhaltliche Lenkung des Patienten.

Insofern Adler in seiner Therapie die Heilung des Kranken, die Befreiung von seinem Leiden, abhängig machte vom Abbau des Machtstrebens und der Förderung des Gemeinschaftsgefühls, verlangte er von dem Neurotiker eine innere Wandlung, eine Besinnung auf die sozialen Pflichten des Einzelnen gegen die Gemeinschaft. Er verlangte eine Höherentwicklung des Kranken mit den Mitteln der Ermutigung durch den Therapeuten und der Einsicht in die „absolute Wahrheit“ der sozialen Kooperation, wobei Adler die allgemeine Verpflichtungskraft der sozialen Forderungen von „Mitmenschlichkeit“ und „nützlicher Betätigung für die Allgemeinheit“ voraussetzte. Ein erhöhtes und gestärktes Gemeinschaftsgefühl war das wichtigste *Ziel* der frühen individualpsychologischen Therapie. Der Adler-Mitarbeiter Erwin Wexberg meinte, Gemeinschaftsgefühl habe Ichstärke und Mut zur *Voraussetzung*. Für ihn war eine Therapie nur dann erfolgreich, wenn es zu einer moralischen Neuorientierung des Patienten kommt. Erfolg in der Therapie messe sich an der Einstellung des Patienten. Überprüft wurde das nie.

Schon früh wurde von einigen Mitarbeitern

Adlers die Problematik dieses Zieles erkannt, ohne dass zunächst therapeutische Konsequenzen gezogen wurden. Die Problematik besteht in der moralischen Verpflichtung des Patienten zur Kooperation und Anpassung, in der Abwertung jener Menschen, die vermeintlich nicht dem Gemeinschaftsgedanken folgen, in der Monomanie des Ziels Gemeinschaftsgefühl und im alleinigen Nützlichkeitskriterium als Lackmustest für richtig und falsch.

### Jung'sche Therapie

Die Therapie C.G. Jungs besteht aus mehreren Teilen und sie folgt seinem Schichten- oder Zwiebelmodell. Der erste Schritt besteht darin, den Patienten in die Realität zurückzuholen und ihm seine augenblickliche Situation bewusst zu machen, also seine „Persona“ zu beschreiben. Viele Menschen, sagte Jung, leben ein provisorisches Leben, manchmal müsse man ihnen die Augen für eine Gefahr oder für eine Aufgabe öffnen, für die sie blind sind. In der Regel sei das die Vernachlässigung der vitalen Bedürfnisse ihres Selbst. Wie schon Adler hielt Jung einige Lebensweisen für unmoralisch, beispielsweise wenn man auf Kosten anderer lebt, obwohl man für sich selbst sorgen könnte. Und ebenfalls ähnlich wie Adler meinte Jung, am Anfang einer jeden Neurose stehe das Ausweichen vor einem Problem. Der erste Therapieteil ist also die Beschäftigung mit der aktuellen Situation und dem Auslöser jener Schwierigkeit, die zum Aufsuchen eines Therapeuten führte. Wie Freud und Adler strebte Jung die redliche Klärung des eigenen Lebens, seiner Probleme und Konflikte an. Der Patient sollte lernen, gewonnene Einsicht in rationaleres Verhalten umzusetzen.

Ein zweites Stadium ist die Entdeckung und Behandlung von „pathogenen Geheimnissen“. Jung hatte am Burghölzli erfahren, dass es Geheimnisse gibt, die krank machen, weil sie einen ungelösten Konflikt enthalten. Er

behauptete aber nicht, dass in *jedem* Patienten ein solches Geheimnis existiert, bestand aber darauf, dass ein pathogenes Geheimnis in jedem Fall in Betracht zu ziehen sei. Die Beichte sei ein wirksames therapeutisches Werkzeug. Das wohlwollende Annehmen der eigenen „blinden Flecke“ könne milde und liebevoll den anderen Menschen gegenüber stimmen und das Zusammenleben erleichtern. Alle Menschlichkeit gehe aus dem Wissen um die eigenen Schwächen und Lückenhaftigkeit hervor.

Bevor man in der Therapie fortfährt, müsse zunächst das religiöse Problem gelöst werden. Jung versicherte, unter allen seinen Patienten, die in der zweiten Lebenshälfte standen, habe es *nicht einen* gegeben, dessen Hauptproblem nicht mit seiner Einstellung zur Religion zu tun gehabt hätte. Die Heilung bestand darin, wieder zu Religiosität zurückzukehren und seinen Glauben ernsthaft zu praktizieren. Das ist natürlich das genaue Gegenteil Freuds, der Religiosität als kollektive Zwangsneurose bezeichnete.

Hat der Patient seine aktuellen Probleme bewältigt, so möchte sich Jung mit ihm auf den Weg der Personwerdung begeben. Die Individuation wird durch eine Analyse des eigenen Innenlebens eingeleitet. Der nächste Schritt ist eine Synthese bewusster und unbewusster Gegebenheiten. Der Therapeut solle dem Patienten helfen, das Bewusste und das Unbewusste einander gegenüberzustellen; dazu müsse das Unbewusste ans Licht gebracht werden. Herangezogen werden dazu die Träume, spontane Fantasien, freie Zeichnungen oder Gemälde. Patienten sollten gleich nach dem Aufwachen ihre Träume aufschreiben oder illustrieren. Man könne auch mit Ton modellieren oder ähnliche Methoden anwenden. Auch hier ging Jung weit über Freud hinaus.

Jung steuerte nicht direkt auf die Analyse des Unbewussten zu, sondern erst, wenn alle anderen Methoden versagt haben. Natürlich deutete er Träume erst nach einer gründlichen Anamnese; mittels der „Amplifikation“,

dem willkürlichen Ausfüllen fehlender Teile, konnte er aus jedem Trauminhalt eine Bestätigung seiner Theorie herausfischen.

Wie bei der Adler'schen Therapie lag der Patient bei Jung nicht auf der Couch, sondern er saß auf einem Stuhl dem Psychotherapeuten gegenüber. Die einstündigen Sitzungen werden am Anfang zweimal in der Woche anberaumt und alsbald auf einmal in der Woche reduziert. Dem Patienten werden Hausaufgaben aufgetragen, oft muss er etwas lesen – er muss aktiv mit seinem Therapeuten zusammenarbeiten. Die Vorteile dieser Methode bestehen nach Jung darin, dass der Analysand daran gehindert wird, in infantile Regressionen zu verfallen. Die Behandlung ist kürzer und weniger kostspielig. Die Betonung liegt auf der gegenwärtigen Lebenssituation und der konkreten Nutzbarmachung jeder nur möglichen Einsicht. Auf die so genannte Übertragung oder gar die negative Übertragung legte Jung keinerlei Wert; eine negative Übertragung hatte seines Erachtens ihren Grund immer in einem Behandlungsfehler des Therapeuten. Die Therapie dauerte in der Regel drei Jahre. Jung hatte auch nichts – im Gegensatz zu den Freudianern – gegen eine Um- und Nacherziehung.

### **Theoretischer Eklektizismus und Behandlungstechnischer Pluralismus**

Wenig von dem, was frühe Tiefenpsychologen postulierten, hatte Bestand. Vieles von dem, was die Schulengründer formulierten, wurde verworfen, umgebaut und erweitert. Was ihnen wichtig erschien, trat in den Hintergrund, was sie nur antippten, wurde zum Gegenstand umfassender Erforschung und Praxis. Ihre Definitionen wurden beanstandet und neue, präzisere gefunden. Ihre anthropologischen Aussagen hielten Überprüfungen nicht stand und mussten revidiert werden. Ihre Therapie wird heute – außer in der Sekte orthodoxer Psychoanalytiker – kürzer und zielgerichteter durchgeführt. Das Arsenal der Erkenntnisinstrumente wurde

über dogmatische Vorgaben hinaus ausgeweitet. Ihre schon damals fragwürdigen Verallgemeinerungen wurden durch den gesunden Menschenverstand und eine unvoreingenommene Neugier in eine unüberschaubare Differenziertheit möglicher Denk- und Verhaltensformen aufgelöst. Zentral sind nicht mehr das Charisma überwältigender Therapeuten und Forscher, sondern die Entwicklungschancen der Patienten. Statt eines einzigen Behandlungsansatzes – „Reise ins Unbewusste“, „Abbau des Minderwertigkeitsgefühls“, „Rückkehr zur Religion“ – wird eine Vielzahl von Verfahren eingesetzt.

Eigentlich von Anfang an befand sich die Tiefenpsychologie in einem theoretischen Eklektizismus und einem behandlungstechnischen Pluralismus. Einige bedauern, dass die Freud'sche Reinheit der Lehre nicht aufrechterhalten werden konnte, die meisten sehen darin eher eine in der Sache begründete Entwicklung. Für die Therapeuten entstand die Notwendigkeit, sich in mehreren verschiedenen Theoriegebäuden und Denktraditionen zu bewegen, die sich manchmal widersprechen. Wer jedoch nicht mit Scheuklappen seine Therapiesitzungen durchzieht, wird erkennen, dass viele konkrete Beobachtungen an Patienten nicht gut mit bestimmten theoretischen Paradigmen zusammenpassen. Die Schulengründer hielten noch starr an ihren Dogmen fest, auch als schon längst klar war, dass ihre Verallgemeinerungen nicht die Buntheit des Lebens abbilden.

Von den Adepten der Tiefenpsychologie wird heute Perspektivenvielfalt und von den tiefenpsychologisch arbeitenden Therapeuten Anpassungsfähigkeit im therapeutischen Vorgehen gefordert. Unter Perspektivenvielfalt wird die Bereitschaft und die Fähigkeit verstanden, die theoretische Ausdifferenzierung der Tiefenpsychologie zur Kenntnis zu nehmen, die vielfältigen Einflüsse auf die Tiefenpsychologie und ihre gegenseitigen Querverbindungen zumindest in groben Zügen zu kennen und in der Therapie mehre-

re Möglichkeiten der Störungsentstehung ins Kalkül zu ziehen. Innerhalb einer konkreten Therapie zwischen verschiedenen Perspektiven zu springen will gelernt sein. Es ist vielleicht nicht jedermanns Sache, zwischen der intrapsychischen, der interpersonellen, der konflikttheoretischen, der beziehungstheoretischen, der strukturtheoretischen und der Ressourcen-Perspektive zu wechseln. Der Wechsel in der konkreten Methode kann irritieren, wenn zum Beispiel ein ruhiges, reflektierendes Gespräch durch Tests zerschnitten wird.

Unter Adaptivität wird die Bereitschaft verstanden, unter steter Reflexion des Prozesses auf die jeweiligen Bedürfnisse des Patienten einzugehen. Faktisch werden Therapeuten ihre taktische und strategische Orientierung, die sie sich anfangs zurecht gelegt haben, nicht aus den Augen verlieren, zugleich aber auch immer schauen, was dem Patienten in der konkreten Stunde und zum Stand seiner Entwicklung mutmaßlich am meisten hilft. Dazu wird ein möglichst breites therapeutisches Instrumentarium benötigt, welches vom Können und von den Vorlieben des Therapeuten ausgewählt wird. Therapeuten sollten Bescheid wissen über die Objektbeziehungs- und die Ichstrukturtheorie, über das Konfliktmodell und die Systemische Theorie, über die innerfamiliäre Dynamik, die Ergebnisse der Säuglings- und Kleinkindbeobachtungen, die Bindungsforschung, die Entwicklungspsychologie, die Sozialpsychologie, die Affekt- und Motivationsforschung, die neurobiologische Forschung und über die Rolle des Zufalls. Ein paar dieser Perspektiven sollen im Folgenden skizziert werden.

## Ich-Psychologie

Die Anerkennung realer Beziehungen und Konflikte geht im psychodynamischen Denken einher mit dem Aufbau einer Ich-Psychologie, die praktisch mit der Abspal-



tung Adlers von Freud 1911 begann. Zu den Ich-Theoretikern zählen Anna Freud (*Das Ich und die Abwehrmechanismen*, 1936), Heinz Hartmann (*Ich-Psychologie und Anpassungsproblem*, 1939), Karen Horney, Harald Schultz-Hencke und Erik Erikson. Diese Autoren und Therapeuten überwinden das deterministische und sexuell-eindimensionale Theoriegebäude Freuds. Die Ich-Psychologie ergänzt die klassische Psychoanalyse um Aspekte der Entwicklung, der Abwehrmechanismen sowie der Funktionen des Ichs. Das hatte weitreichende therapeutische Konsequenzen.

Schon Sigmund Freud hatte einige Aspekte der Ich-Psychologie angesprochen, vor allem durch die Funktionen des handelnden Ich und des Über-Ich (Gewissen). Freud wies in seinem „Strukturmodell“ dem Ich nur zwei aktive Funktionskomplexe zu: die Auseinandersetzung mit der Umwelt und die Auseinandersetzung mit den intrapsychischen Instanzen des Über-Ichs und des Es. Das Ich habe die Möglichkeit, Triebimpulse zu unterdrücken und sie in der Fantasie zu befriedigen oder sie abzuwehren.

Alfred Adler hatte in seinem Hauptwerk *Über den nervösen Charakter*, erschienen 1912 kurz nach der Trennung von Freud, den Weg in Richtung einer Ich-Psychologie eingeschlagen. Adlers Ich ist nicht hilflos zwischen Trieben und Gewissen eingeklemmt, sondern ein scheinbar selbstständiger, mit einem Willen ausgestatteter Akteur. Für Adler ist das Ich die ganze Psychologie – ohne weitere innere Instanzen. Diesem Ich geht es um Anerkennung, sozialen Status und um auch manchmal aggressive Selbstbehauptung.

Anna Freud schrieb unbefangen, mit der Betonung der Ich-Funktionen (bzw. des „Selbst“ nach Heinz Hartmann) habe sich die Psychoanalyse von der reinen Analyse entfernt, denn jetzt gehe es um das therapeutische Ziel der „Wiederherstellung der Intaktheit des Ich“. In ihrem schmalen Buch *Das Ich und die Abwehrmechanismen* (1936) gruppierte Anna Freud diese Mechanismen

in Fortentwicklung der Vorgaben ihres Vaters neu und formuliert sie in Hinsicht einer Psychologie des Ich um. Kern der psychoanalytischen Ich-Psychologie sind hier die kreativen Abwehrleistungen des werdenden Ich gegen bedrohliche Eindrücke. Abwehrmechanismen stellen eine wichtige Funktion des kindlichen Ich dar und sind zunächst nicht als neurotisch oder pathogen zu betrachten, sie sind vielmehr eine Leistung des Ich. Erst im Misslingen komme es zur Neurose. Andere Psychoanalytiker kamen schon früher auf die gleiche Idee. Sándor Ferenczi schrieb 1913 den Aufsatz „Entwicklungsstufen des Wirklichkeitssinns“, welcher als erste Arbeit zur Ich-Psychologie innerhalb der Psychoanalyse gilt.

Diese Sichtweise eröffnete neue Perspektiven, die der Individualpsychologie schon längst geläufig waren, die Psychoanalyse aber nur mühsam assimilieren konnte. Dazu gehören der Entwicklungsgedanke, die Berücksichtigung einer normalen oder „gesunden“ Entwicklung und die Suche nach angeborenen Ich-Funktionen. Die tiefenpsychologische Ich-Psychologie eröffnete die Tore zur Objektbeziehungstheorie, zur Pädagogik und zur Kleinkindbeobachtung. Eine weitere Ergänzung erfuhr die Ich-Psychologie durch das Entwicklungskonzept von Margaret Mahler, das eine Alternative zum freudschen Entwicklungsmodell darstellt, welches noch einmal von Erik Erikson überboten wurde.

Im Laufe der Zeit wurden immer mehr Ich-Funktionen benannt: Realitätsprüfung, Urteilen und Werten, Regulation und Kontrolle von Impulsen und Emotionen, Beziehungsaufnahme und -gestaltung, Denken einschließlich Sprache, Verwertung von Gedächtnisinhalten, Regression (Träumen und Fantasieren), Abwehr von Verstimmungen, Selbstmotivierung, Konfliktbewältigung und viele mehr. Der Patient wurde jetzt betrachtet unter Ich-strukturellen Gesichtspunkten, und es wurde möglich, Störungen in den Funktionen des Ichs genauer zu beschreiben. Welche der Ich-Funktionen des Patienten

sind gut ausgebildet, welche sind verkümmert? Welche Ressourcen zur Lösung von Problemen stehen ihm zur Verfügung, welche müssten verstärkt, welche ausgebaut werden?

Heute gehören die Ich-Psychologien zum festen Bestandteil der Tiefenpsychologie. Sie sind der Ursprung für viele moderne Theorien, wie beispielsweise die Kognitionspsychologie, die sich mit zumeist bewussten Funktionen auseinandersetzt, die gezielt trainiert und gefördert werden sollen. Der systematische Aufbau von verkümmerten Ich-Funktionen und die Stärkung gesunder Ich-Funktionen ergänzen das „Bewusstmachen des Unbewussten“. Einige frühe ich-psychologische Thesen sind widerlegt worden. Hauptsächlich die psychoanalytischen Vorstellungen vom Säugling als Autist, als Parasit an der Mutterbrust und als Teil einer Mutter-Kind-Symbiose – wie sie etwa von Margaret Mahler vertreten wurden – wurde durch die Säuglings- und Kleinkindforschung überholt. Säuglinge sind schon früh in der Lage zwischen sich und den Bezugspersonen zu unterscheiden. Auch sind sie keineswegs undifferenziert und passiv. Sie nehmen Kontakt mit Bezugspersonen auf und können diesen regulieren.

Als nicht haltbar erwies sich die frühe Annahme, alle Neurosen seien auf eine Störung der Ich-Entwicklung in den ersten 18 Monaten zurückzuführen. Tatsächlich sagt die Beobachtung und Beschreibung von Ich-Funktionsdefiziten noch nichts aus über eventuell zugrundeliegende Konflikte oder Traumata. Jedes Funktionsdefizit kann Ausdruck eines hereditären Defizits, einer Schädigung bei der Geburt, eines einzelnen Traumas, einer chronischen Vernachlässigung, eines früheren oder eines aktuellen (ungelösten) Konflikts sein. Eine Bilanzierung der Ich-Funktionen erfolgt im Interesse einer besseren therapeutischen Beeinflussung. Das Interventionspektrum erweitert sich deutlich: Bewusstmachen des Unbewussten

(des verschwiegenen Traumas), Erläuterung des Unverstandenen, Hervorhebung (Mentalisierung) von geheimen Wünschen und Motiven, Unterstützung bei der Konfliktbewältigung, Analyse der Interaktionsmuster, Stärkung gesunder Ich-Funktionen und der Versuch, defizitäre Fähigkeiten zu stärken.

## Objektbeziehungstheorie

Sigmund Freud war noch weitgehend mit der innerpsychischen Dynamik beschäftigt, aber schon der nächsten Generation (Margaret Mahler, Franz Alexander, Heinz Kohut, Michael Balint, Donald Winnicott) war unmittelbar deutlich, dass sich Psychisches (und vor allem die Bewertung des Psychischen) *zwischen* den Menschen abspielt. Die Psychoanalyse bezeichnet diese Bemühungen mit dem Begriff der Objektbeziehungstheorie (bzw. mit der „Interpersonalen Theorie“ Harry S. Sullivans). Damit wurde zugleich deutlicher, welchen Einfluss der Analytiker als Mensch auf den therapeutischen Prozess ausübt. Von der Geschichte der Tiefenpsychologie her wissen wir, wie stark Suggestion und Suggestibilität wirken.

Es erscheint seltsam überflüssig, darauf hinweisen zu müssen, wie sehr Symptome in der Bezogenheit zu anderen Menschen entstehen. Freuds metaphorische, theoretisch überfrachtete Metapsychologie ist für die Psychotherapie nur eingeschränkt brauchbar; die Weiterentwicklungen der Psychoanalyse, die Individualpsychologie und die Beziehungspsychologie sind wesentlich anschaulicher und näher an den tatsächlichen Problemen der Patienten. Niemand sollte sich auf nur die eine oder andere Sichtweise kaprizieren; im therapeutischen Gespräch ist es sinnvoll, frei zwischen der Ein-Personen- und der Zwei-Personen-Perspektive zu wechseln. Aber auch das wäre zu eng. Das Individuum ist eingebunden in ein Geflecht von Beziehungen, worin nicht nur eine Person wichtig ist. Die Beziehung zur Mutter ist

prägend, aber nicht die einzig entscheidende. Es ist sogar anzunehmen, dass in der Jugend in der Gruppe der Gleichaltrigen frühe Prägungen überprüft, revidiert, überschrieben, bestätigt oder verworfen werden. Der Determinismus hat ausgedient.

Im Rahmen der Psychoanalyse haben Objektbeziehungstheoretiker wie Otto Kernberg (erneut ein Wiener) die Brücke zwischen intrapsychischer und interpersoneller Sicht geschlagen, während für die Individualpsychologie diese Sicht von Anfang an die natürliche und naheliegende war. Die Objektbeziehungstheorie ist eine ursprünglich auf Melanie Klein zurückgehende Weiterentwicklung der psychoanalytischen Theorie. Unter dem Begriff Objektbeziehungstheorie werden unterschiedliche Ansätze zusammengefasst, denen gemeinsam ist, dass sie die zentrale Bedeutung der frühen Mutter-Kind-Beziehung und der Vorstellungen des Kindes über sich und seine Bezugspersonen für die spätere Beziehungsgestaltung und für die Persönlichkeitsentwicklung herausstellen. Das „Objekt“ kann auch mehr, als nur die sexuelle Triebregung des Subjekts (des Kleinkindes) zu befriedigen. Melanie Klein folgte damit der Tradition ungarischer Psychoanalytiker wie Sándor Ferenczi und Michael Balint.

Es kann kaum noch überraschen, dass die Objektbeziehungstheorie zwar eine bedeutende Erweiterung der engen Freud'schen Triebtheorie darstellt, sich aber dennoch in engen Grenzen bewegte. Der Begriff „Objektbeziehung“ zeigt noch die psychoanalytische Distanz zur Mutter, die kaum als reale Person erkennbar wird. Melanie Klein widmete sich nur dem Kleinkind und dessen Umwelt. Die Psychoanalyse hat bis heute Mühe, in der praktischen Therapie weitere reale Bezugspersonen als relevant zuzulassen. Analytiker scheinen eifersüchtig zu werden, wenn außertherapeutische Realbeziehungen für den Patienten wichtiger bleiben als die Beziehung zum Therapeuten selbst. Alle anderen Therapierichtungen erachten

die Berücksichtigung der mitmenschlichen Umwelt für selbstverständlich und notwendig, weil Interaktionen befriedigend gestaltet werden sollen.

Britten wie William R. D. Fairbairn (1889–1964), Harry Guntrip, John D. Sutherland und Donald Winnicott erweiterten energisch den engen psychoanalytischen Horizont. Guntrip kritisierte Freuds Theorien als biologistisch und inhuman. Auf Fairbairn bauten die Arbeiten von Daniel Stern und Otto F. Kernberg auf, die ein angeborenes Bedürfnis nach Beziehung und Bindung als grundlegend sowohl für die frühe Entwicklung als auch für die Therapie anerkennen. Sie betonten die Bedeutung des Beziehungsgeschehens zwischen Mutter und Kind ebenso wie innerhalb der Therapie, aber sie gingen von einem natürlichen Bedürfnis aus und nicht von einer Neurose. Die Deutung unbewusster Inhalte, die noch bei Freud im Zentrum der psychoanalytischen Tätigkeit stand, spielte bei ihnen immer weniger eine Rolle.

Über Heinz Kohut (1918–1981) wurde bereits im Kapitel „Neopsychoanalyse“ berichtet.

Ein rein innerpsychischer Konflikt ist ein theoretisches Konstrukt, das im wirklichen Leben nicht wirklich anzutreffen ist. Michael Balint kritisierte 1950 die orthodoxe Psychoanalyse mit ihrer Fokussierung auf das Phänomen der Triebe als eine „One Body Psychology“, welche die Realität der interpersonellen Beziehungen ignoriere. Schon die Es-Ich-Überich-Konflikte Freuds seien als solche nicht zu verstehen, wenn man sich nicht klar macht, wie das Über-Ich durch Eltern, Familie, Peergroup und Gesellschaft geformt wird. Hemmungen entstehen, wenn innere Bedürfnisse und Wünsche durch äußere Tabus und Anforderungen blockiert werden (oder es zumindest den Anschein hat). Sein Leben zu leben bedeute, es im Einklang oder in Auseinandersetzung mit anderen Menschen zu führen.

Einige Psychoanalytiker anerkannten diesen

Tatbestand schließlich mit dem Konzept der *Intersubjektivität*. Ob Robert D. Stolorow, B. Brandchaft und G. E. Atwood, die sich auf die Selbstpsychologie von Heinz Kohut berufen, noch Psychoanalytiker genannt werden dürfen, ist fraglich, zu weit haben sie sich von den Grundannahmen Freuds entfernt. Die Freud'schen Theoriebestandteile von Abstinenz des Therapeuten, Übertragungsneurose und Triebbefriedigung werden von ihnen abgelehnt. Das vorsätzliche Frustrieren der Patientenwünsche nach Anerkennung, Gesehenwerden und Resonanz halten sie für einen Behandlungsfehler. Der Therapeut komme in Gefahr, dem Patienten die Angst vor einer Wiederholung erlittener Traumatisierungen aufzubürden, was einen nur zu berechtigten Widerstand hervorrufen muss.

### Konfliktmodell

Die Psychoanalyse entwickelte sich vom innerpsychischen Trieb- und Instanzenmodell über die Ich-Psychologie, die Objektbeziehungstheorie und die Intersubjektivität zum Konfliktmodell – und übertrieb auch hier. Die tiefenpsychologisch fundierten Theoretiker waren begeistert von der nicht zu übersehenden Tatsache, dass es Konflikte im Menschen gibt, denen sie entscheidenden Einfluss auf die Beziehungsgestaltung und eine Neurosenentstehung zusprachen. Der Konflikt ist für die Tiefenpsychologie so wichtig, weil der Mensch offensichtlich von gegensätzlichen Tendenzen getrieben und bewegt wird. Die Entwicklung des Einzelnen stellt einen dialektischen Prozess zwischen Gegensätzlichkeiten beziehungsweise Bipolaritäten dar, die immer wieder ausbalanciert werden müssen. Dieser dynamische Prozess ist gefährdet durch eine Versteifung der Konflikte, durch die Blockierung dieses dialektischen Prozesses und durch die Bildung starrer Denk- und Verhaltensmuster. Konflikte sind einerseits allgegenwärtig und nicht therapiespezifisch, andererseits weit verbreitete pathogene Konstellationen bei der Ent-

stehung von psychischen Störungen.

Tiefenpsychologen haben versucht, die am häufigsten vorkommenden Konflikte zu systematisieren. Am bedeutsamsten scheint der zwischen den selbstbezogenen und den objektbezogenen Tendenzen zu sein. Plakativ gesagt geht es um Freiheit versus Bindung. Diese Bipolarität kann in der Regel ausbalanciert werden und zu einer Bereicherung und Differenzierung führen. Oft aber kommt es zu einer Blockierung und einer einseitigen Entwicklung oder zu einer Entweder-Oder-Haltung. Als gesund kann jenes Individuum angesehen werden, welches frei zwischen beiden Polaritäten hin und her wechseln kann zur Befriedigung eigener Bedürfnisse unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der Umwelt.

Die tiefenpsychologischen Listen klinisch beobachtbarer Konflikte sind eigentlich immer zwischen den Polen Autarkie und Bindung angesiedelt und erfahren je nach Situation eine unterschiedliche Ausprägung. Dabei interessieren nicht nur der Konflikt, sondern ebenso die Entgleisungen in Richtung Autismus, Freiheitspathologie, Sozialphobie, Unterwerfung, Überidentifikation und ähnliche Verhaltensweisen. Freud machte den Anfang, indem er von einem initialen Konflikt ausging, dem ödipalen Konflikt. Er verstand darunter ursprünglich den Rivalitätskonflikt des Jungen mit dem Vater in Bezug auf die Mutter (den Freud im vierten und fünften Lebensjahr ansiedelte). Wir wissen heute, dass dies keineswegs der einzige oder gar der wichtigste Konflikt ist. Immerhin geht es um Liebe zu einem Elternteil und Konkurrenz gegenüber dem anderen Elternteil. Freud jedenfalls meinte, *jeder* Junge komme in Konflikt zwischen der Liebe zu seinem Vater und der Konkurrenz mit seinem Vater um die Mutter. Freud dachte, diesen Konflikt müsse jedes Kind durchlaufen, aber andere Autoren betonten, dass ein ödipaler Konflikt nicht Ursprung einer Neurose ist, sondern bereits sekundäre Folge

anderer ungelöster Konflikte und Probleme in der Familie. Es gibt viel frühere und viel spätere Schritte in der Entwicklung der Beziehungen, die ebenso entscheidend sind.

Der Zwang, als Therapeut für die Beantragung von tiefenpsychologischen Psychotherapien (das gilt nur für Deutschland) aktuell wirksame neurotische Konflikte angeben zu müssen, die zudem zwingend in der ödipalen Phase ihren Ausgang nahmen, führt unweigerlich zu Verrenkungen. Auf einem engen Konfliktmodell zu bestehen ist schon deshalb nicht sinnvoll, weil nicht alle Symptome auf unbewussten Konfliktkonstellationen beruhen. Es gibt genauso gut ungelöste *bewusste* Konflikte. Oftmals sind Konflikte gemischt mit Ich-strukturellen Defiziten. Auch lässt die Diagnostik in den ersten Therapiestunden oft keine gesicherte Aussage darüber zu, welches Konfliktpotenzial und welches Strukturniveau in einem Patienten herrschen. Zudem wird in der Fachliteratur nur ein halbes Dutzend bestimmter Konflikte vorgegeben, die unnötigerweise nur innerpsychisch gedacht werden. Diese Eingrenzung steht in ungutem Widerspruch zur psychotherapeutischen Alltagsrealität. Freud sah schon früh Konflikte zwischen den psychischen Instanzen, die in einen Kompromiss münden, und zwischen Trieben und der Kultur. Die Individualpsychologie wiederum hatte in ihren Anfangsjahrzehnten inner- und intrapsychische Konflikte nicht systematisch bearbeitet. Adler behauptete sogar, ein gesunder Mensch kenne keine Konflikte und keine Zerrissenheit – ein unhaltbarer Standpunkt. Und so war es vielleicht die jungianische Therapie, die noch am ehesten bereit war, konkrete zwischenmenschliche Konflikte anzuerkennen und zu bearbeiten.

Konfliktlinien lassen sich viele finden: Es sind Wünsche, Gefühle und Impulse, die mit dem eigenen Gewissen, dem Selbstbild, den familiären Normen, den Vorlieben der Anderen und den staatlichen Gesetzen im Widerspruch stehen. Der Widerspruch kann bewusst oder unbewusst sein. Er kann in einem

Kompromiss besänftigt oder gar nicht gelöst sein. Sie können auftreten in Verbindung mit geplatzten Träumen, Niederlagen, Zurückweisungen, Enttäuschungen oder Versuchungen. Es gibt natürliche Konflikte zwischen Individuum und Gemeinschaft und es gibt innerseelische Konflikte zwischen gegeneinander stehenden, unvereinbaren Wünschen. Das eher synthetische Konzept von der „Einheit der Person“ (Adler) steht dem von der Tatsächlichkeit getragenen Konzept von der unaufhebbaren Zerrissenheit des Menschen gegenüber. Erst diese Dichotomien machen die Spannungen zwischen den Menschen und im Menschen selbst verständlich. Gefordert ist die Synthese von Gemeinschaftsgefühl und Individualität. Im Übrigen kommt ein beträchtlicher Teil der Bevölkerung westlicher Staaten mit den erhöhten Anforderungen an Individualität und Sozialität durchaus zurecht.

Die Unterteilung in intrapsychische und äußere Konflikte ist zwar aus erkenntnistheoretischen und didaktischen Gründen nützlich, um begriffliche Klarheit herzustellen. In der Realität lassen sich beide kaum trennen, weil vielfach intrapsychische Konflikte auf einer Unmöglichkeit oder einem Verbot der Lösung äußerer Konflikte beruhen oder innerpsychische Konflikte externalisiert und mit Personen der Umgebung ausgefochten werden. Es ist nicht zu entscheiden, was häufiger vorkommt. Ihre richtige Erfassung kann jedoch von praktischer Bedeutung für die Therapie und für das Verständnis von Ehe- und Partnerproblemen und von ethnischen und anderen sozialen Konflikten sein. Die Externalisierung ungelöster innerstaatlicher Konflikte ist ein häufiger Auslöser von politischen Spannungen und Kriegen. Das Konfliktmodell wird seine Aktualität behalten, muss aber flexibler gehandhabt werden.

## Trauma

Ein Trauma, entweder einmalig oder chronisch, erfordert im Prinzip keine andere therapeutische Herangehensweise als die

anderen Ursachenperspektiven, aber es ist wichtig zu wissen, was vorgefallen ist. Die unverständliche mangelnde Bereitschaft, die äußere Realität anzuerkennen, war ein Problem der frühen Tiefenpsychologie und blieb ein Problem der klassischen Psychoanalyse. Nachdem Freud postuliert hatte, die Wünsche hätten stärkeres Gewicht als die Realität, hat die Psychoanalyse – aber auch nur sie – Mühe, in der Wirklichkeit anzukommen. Auch Adler dekretierte zeitweise, die Realität sei unerheblich, es komme einzig darauf an, was der Einzelne daraus mache. Erfreulicherweise ignorierten die meisten Individualpsychologen diese Ansicht.

Wie beim Stress (siehe weiter unten) sagt das Vorhandensein eines Traumas noch nichts aus über die Entwicklung einer psychischen Störung, wenngleich klar ist, dass die Wahrscheinlichkeit einer ungünstigen Entwicklung erhöht ist. Heutzutage scheinen Psychologen, Seelsorger und Politiker bei Unglücken eher zu überreagieren und psychologische Hilfe geradezu aufzudrängen, egal ob sie gewünscht ist oder nicht. Ein Trauma muss nicht in jedem Fall thematisiert, mentalisiert und kommuniziert werden; es kommt ganz darauf an, was der Patient wünscht und was er sich selbst zutraut. Die Traumaperspektive bedeutet auch nicht, alle Lebensbereiche des Patienten auf dieses eine abrupte oder chronische Ereignis zu reduzieren oder ihnen die Verantwortung für ihre weitere Lebensgestaltung zu nehmen. Allerdings ermöglicht die Traumaperspektive in vielen Fällen, das oft unangemessen hohe Selbstschuldgefühl der Opfer zu mildern und einer angemessenen Opfer-Täter-Gewichtung Platz zu machen.

Die Traumafolgenpathologie ist ein Anpassungsprozess an die traumatischen Umstände, also eine im Prinzip normale Reaktion auf unerträgliche Ereignisse. Der Hinweis darauf kann die damit verbundenen Scham- und Schuldgefühle („Warum gerade ich?“) entlasten. Mit der Traumaperspektive ist die Ursa-

che vielleicht benannt, sie schließt aber nicht die Konflikt- oder Ressourcen-Perspektiven aus. Gerade bei in der Kindheit traumatisierten Patienten finden sich sowohl schwere Konflikte als auch Defizite in den Ich-Funktionen.

Das Trauma selbst ist ein Problem, aber ebenso die Verhinderung einer adäquaten Reaktionsmöglichkeit (durch ein Verbot beispielsweise) oder das Ausbleiben einer empathischen Begleitung bei der Verarbeitung des Traumas. Indifferente, ablehnende oder verleugnende Reaktionen von Eltern auf sexuell missbrauchte kleine Mädchen wirken bei Weitem nachhaltiger als das Trauma selbst. Jeder Mensch reagiert auf seine Weise auf ein traumatisches Erlebnis, beispielsweise durch Misstrauen und Vermeidung. Diese Reaktion ist zunächst relativ nützlich. Sie führt aber in fataler Weise zu einer Vermeidung auch neuer, positiver Erfahrungen.

Zu den Defiziten der frühen Tiefenpsychologie gehört es, nur frühkindliche Traumatisierungen in Form von Vernachlässigung oder Zurückweisung im Kleinkindalter zu sehen. Traumata, auch in Form ungelöster Konflikte, können in jedem Lebensalter auftreten. Die Traumatisierung von Kleinkindern scheint glücklicherweise nicht sonderlich verbreitet, obwohl auch dies vorkommt. Späte Traumatisierungen können Vergewaltigungen, Unglücksfälle, Todesfälle und soziale Katastrophen (kollektiv oder persönlich) sein. Die Verläufe sind so unterschiedlich, weil jedem Menschen unterschiedlich ausgeprägte innere Bewältigungsressourcen zur Verfügung stehen, die auf unterschiedliche äußere Hilfsangebote treffen. Das Konfliktmodell wird damit stark relativiert.

Wie nicht anders zu erwarten, gibt es Streit um die richtige Traumatherapie: schnell und massiv intervenieren oder abwarten? Die gefühlhafte oder die kognitive Ebene ansprechen? Kognitiv-behavioraler, ressourcenori-

entierter, körperorientierter, systemischer, Ego-State- oder resilienzorientierter Ansatz? Was führt zur Retraumatisierung und was zur Überwindung? Gespräche oder EMDR? Regression oder Absenkung der Stressvulnerabilität? Konfrontation oder Verdrängung? Im Februar 2012 konnte der Interessent bei Amazon aus weit über 150 Büchern auswählen. Die Vielfalt zeigt, dass kein Ansatz durchschlagend wirkt; die Zunft stochert mehr oder weniger erfolgreich im Nebel. Als sicher darf nur gelten, dass sich Traumafolgen am schlechtesten mit triebtheoretischen und ich-psychologischen Konzepten erfassen lassen. Der Therapeut wird heute eklektizistisch mehrere Instrumente und Therapieformen nutzen, wobei sich, wie Sachsse, Özkan und Streeck-Fischer (2002) schreiben, pragmatisch ein ressourcen- und lösungsorientiertes Vorgehen durchsetzt.

### Modi der Verarbeitung

Beziehungen, Konflikte, Stress und Traumata werden von jedem Einzelnen auf unterschiedliche Weise verarbeitet, wobei sie aus einem begrenzten Reservoir an Möglichkeiten einen bestimmten, ihrem Charakter und ihrer Erfahrung angemessenen Modus der Verarbeitung auswählen. Auf Probleme wird mit so genannten Abwehrmechanismen reagiert. Die Probleme werden damit zwar nicht gelöst, aber weniger bewusst gehalten und dadurch erträglicher gemacht. Die Theorie der Abwehrmechanismen ist eine der fruchtbarsten und am meisten akzeptierten Teilbereiche der Psychoanalyse.

Zugleich erheben sich mit dem Konzept von den Abwehrmechanismen neue, ungelöste Fragen, die zu weiteren theoretischen Verwirrungen anstifteten. Ist zum Beispiel ein Verfolgungswahn ein Abwehrmechanismus – und von was? Ist eine Manie oder eine Depersonalisation ein Abwehrmechanismus? Oder handelt es sich nicht vielmehr um psychische Störungen, denen ganz andere Abwehrmechanismen zu Grunde liegen?

Auch haben sich Art und Zahl der Abwehrmechanismen im Laufe der Zeit immer wieder verändert; in der Tiefenpsychologie gibt es keine zwei Autoren, die mit identischen Abwehrmechanismen arbeiten. Noch verwirrender ist, dass es unterschiedliche Stufen der Abwehr gibt, die von unreifen Abwehrmechanismen bis zu reifen und geradezu gesunden Mechanismen reichen. In dieser Typologie sind die unreifsten Abwehrvorgänge die Psychosen, während Sublimierung und Humor zu den reifen Problembewältigungen zählen. Dazwischen liegen Reaktionsmuster wie beispielsweise die Verdrängung oder die Sublimierung. Sie können gesund oder pathologisch sein. Die Fähigkeit, Unangenehmes zu verdrängen, zählt inzwischen zu den reifen Abwehrleistungen, während Freud noch davon ausging, dass Verdrängung immer zur Neurose führt. Humor gilt seit der Antike als einer der wichtigsten reifen Bewältigungsmechanismen, der sich immer wieder in schwierigen und spannungsreichen Situationen bewährt. Der Begriff der Sublimierung ist umstrittener. Freud postulierte, Sublimierung, also höhere kulturelle Leistungen, könnten nur auf Kosten der Sexualität bzw. der Libido vollbracht werden. Heute ist klar, dass sich beides nicht widersprechen muss, vielmehr verfügen gerade Künstler oftmals über eine erstaunliche sexuelle Vitalität.

Die Modi der Verarbeitung und die Abwehrmechanismen stehen allerdings quer zueinander. Ein Modus kann einen oder mehrere Abwehrmechanismen enthalten. Auch über die Art und Anzahl der Verarbeitungsmodi besteht kein durchgängiger Konsens. Es gibt wichtige tiefenpsychologische Autoren, die gänzlich auf die Perspektive der Verarbeitungsmodi verzichten und ganz auf die Abwehrmechanismen setzen (zum Beispiel Wöller/Kruse). Die Modi sind oftmals holzschnittartig beschrieben und werden der realen Vielfalt in der psychotherapeutischen Situation wenig gerecht.

Dennoch – Stavros Mentzos beispielsweise

hat 2009 die wichtigsten Verarbeitungsmodi aufgezählt: Hysterie und der hysterische Modus; Zwangsneurose und der zwangsneurotische Modus; der phobische und der angstneurotische Modus; Depression und der depressive Modus; Suchtcharakter und der süchtige Modus; Sadomasochismus und der pervers-sexuelle Modus; der psychosomatische Modus; der psychotische Modus. Daneben wird noch der hypochondrische Modus erwähnt. Nicht extra behandelt wird die oft von anderen Autoren favorisierte narzisstische Störung, und die Hysterie wird von ihm nicht mit dem heute gebräuchlichen Begriff „histrionische Störung“ belegt. Derselbe Modus kann durch verschiedene Konflikte oder Belastungen aktiviert werden, umgekehrt kann ein bestimmter Konflikt oder eine bestimmte Belastung durch verschiedene Modi beantwortet werden. Modi sind unspezifisch in Hinblick auf Konflikt, Trauma oder Stressbelastung. Auch das wurde früher anders gesehen, als man noch annahm, *bestimmte* Symptome deuten auf *bestimmte* Belastungen oder Traumata hin. Die Folgen waren verheerend, wenn ein Therapeut anhand spezifischer Symptome weismachen wollte, der Patient müsse an einem *bestimmten* Trauma leiden. Mentzos warnt vor den alten Deutungen, wonach z.B. eine Zwangsstörung immer mit einem „analen Konflikt“ – Gehorsam gegen Ungehorsam – zu tun hat. Der Therapeut läuft Gefahr, den eigentlichen (eventuell aktuellen) Konflikt, die eigentliche Traumatisierung und die eigentliche Not des Patienten zu übersehen.

### Stressmodell

Die bisher behandelten Modelle bzw. Perspektiven können auch deswegen keinen Anspruch auf alleinige Aufmerksamkeit beanspruchen, da sie in Konkurrenz zu mehreren anderen Herangehensweisen stehen. Eine alternative Hypothese zur Neurosenentstehung ist beispielsweise das Stressmodell. Seelische und körperliche Anstrengungen,

also chronischer, als überfordernd erlebter Stress, übersteigen manchmal die Anpassungsmöglichkeiten und rufen psychische und somatische Symptome hervor. Konfliktmodell und Stressmodell lassen sich integrieren durch die These, dass die durch einen Konflikt hervorgerufene innerseelische Spannung eine schwere und häufige Stressform darstellt. Ungelöste Konflikte erzeugen immer Stress, aber nicht jeder Stress führt zu psychischen Störungen. Psychologen müssen unterscheiden zwischen Disstress und Eustress, also belastendem und anregendem Stress. Die ständige Unterdrückung von Bindungswünschen und Sehnsüchten nach Geborgenheit aus Angst vor zu großer Abhängigkeit oder vor Zurückweisung kann über lange Zeit austariert werden, bis eine Versuchs- oder Versagungssituation eine Entscheidung verlangt, die nicht mehr getroffen werden kann. Häufig ist auch die bloße physische und damit auch psychische Erschöpfung nach Jahren der beruflichen oder familiären Überforderung (beispielsweise durch die Pflege kranker Angehöriger) in Form einer Depression oder eines Burnout-Syndroms. Wer tiefer schauen will, kann hier ein Konflikt zwischen den rigiden Anforderungen der Angehörigen oder des beruflichen Vorgesetzten und den eigenen Bedürfnissen nach Ruhe, Entspannung und Regeneration entdecken. Das Stressmodell hat weite Verbreitung gefunden, büßte aber durch seine Verallgemeinerung an Erklärungskraft ein. Was ist heute nicht mehr Stress? Sind wir nicht sogar gezwungen, Stress für alle möglichen Fehlleistungen und Unzulänglichkeiten heranzuziehen? Dürfen wir nicht auch mit unserem Stress angeben? Zählt nicht der mehr, der mehr Stress verträgt?

### Reale Beziehungen

Man muss die Psychoanalyse als wahres Sorgenkind der Tiefenpsychologie bezeichnen, denn auch die realen Beziehungen wurden (und werden teilweise heute noch) ge-



ring geschätzt, ignoriert oder fehlinterpretiert. Da wäre zunächst die Beziehung Patient-Therapeut: Das ursprüngliche Übertragungskonzept hat sich weitgehend überlebt. Freud nahm an, dass der Patient die Gefühle gegenüber Vater oder Mutter unreflektiert auf den undurchsichtigen Therapeuten überträgt. Das ist fern jeglicher Realität; Patienten sind in der Regel erwachsen genug, zwischen den Eltern und der Person des Therapeuten zu unterscheiden (allerdings oft nicht bei den Persönlichkeitsstörungen, die jedoch eher in Kliniken als von niedergelassenen Psychotherapeuten behandelt werden). Was vom Übertragungskonzept übrig bleibt, ist der Beziehungsaspekt, und der ist natürlich mit entscheidend für die Therapie. Es kann vorkommen, dass einer der beiden – Patient oder Therapeut – oder beide zusammen den jeweils anderen oder die Beziehung falsch interpretiert. Die Frage ist, wie der Therapeut damit umgeht. Alfred Adler war spontan annehmend und gleichwertig zugetan; man darf ihm glauben, dass bei ihm negative Übertragungen im Sinne einer groben Fehleinschätzung kaum je vorkamen. Übertragung bezeichnet nicht mehr nur die verzerrte Wahrnehmung des Therapeuten durch den Patienten, sondern darüber hinausgehend die emotionale Einstellung des Patienten gegenüber den Therapeuten, der Therapie und überhaupt allen Menschen, die ihm begegnen. Mit Gegenübertragung werden heute umgekehrt die Gefühle des Therapeuten bezüglich des Patienten bezeichnet. Sie stellen ein wichtiges Diagnostikum dar.

Kommt es zu groben Missverständnissen zwischen den beiden Protagonisten, sollte nach einer Wiederholung aus der Vergangenheit gefragt werden. Es muss aber auch die Möglichkeit in Betracht gezogen werden, dass der Patient die Beziehung realistisch wahrnimmt. Zu einer solchen Selbstkritik hatte sich Freud noch nicht durchringen können. Allfällige Irritationen und Misshelligkeiten im Laufe einer Therapie sollten schnell angesprochen und möglichst ausgeräumt werden, um die Bearbeitung der Therapie-

ziele wieder aufzunehmen. Für die Psychoanalyse jedoch war, dies zur Erinnerung, das Durcharbeiten und die Auflösung der „Übertragungsneurose“ (also die entgleisende Patient-Arzt-Beziehung) das Hauptziel der Therapie.

Dagegen rebellierte schon früh der ungarische Nervenarzt und Psychoanalytiker Sándor Ferenczi (1873–1933), einer der engsten Mitarbeiter Freuds und gleichzeitig ein eigenständiger Kopf. Er betonte die wichtige Rolle *realer* Kindheitserfahrungen in der Ätiologie von psychischen Störungen. Gemeinsam mit dem Wiener Psychoanalytiker Otto Rank propagierte er in der Schrift *Entwicklungsziele der Psychoanalyse* (1924) eine aktivere Behandlungstechnik mit stärkerem Engagement des Psychoanalytikers. Ferenczi war sich zunehmend darüber klar, dass die traditionelle, abstinente Haltung des Analytikers geeignet war, kindliche Traumatisierungen zu wiederholen, indem sie den Patienten erneut in die bereits erlittene Versagungssituation bringt. Ferenczi nahm entgegen der analytischen Verschleierung eine ausgesprochen menschliche Perspektive ein. Ihm ging es um die Verbesserung der Atmosphäre im Setting. Er maß der von Freud vernachlässigten emotionalen Beziehung von Patient und Arzt hohe Bedeutung zu und setzte auf eine Begegnungsform mit dem Patienten, die von Sympathie, Empathie, Gegenseitigkeit, Takt, Güte, Aufrichtigkeit und Verlässlichkeit geprägt war. Die Psychoanalyse dankte es ihm mit Missachtung.

Freud hatte die Bedeutung der Sexualität überschätzt und die anderen Motive und Erfahrungen des Kleinkindes – die mütterliche Fürsorge, die soziale Bindung, das Spiel – zu wenig gesehen. Durch die Erkenntnisse der Säuglingsforschung hat sich das Menschenbild der Psychoanalyse und der Tiefenpsychologie gründlich geändert. Einige Psychoanalytiker haben die *Bindungstheorie* ganz an die Stelle der früheren Triebtheorie gesetzt. John Bowlby wandte sich mit seiner Bindungstheorie (1969) neben den hindern-

den auch den fördernden Faktoren in der Mutter-Kind-Beziehung zu. Reale frühkindliche Erlebnisse in der Beziehung zu den Eltern können die Entwicklung eines Kindes grundlegend bestimmen. Bindung ist ein wesentliches Produkt der Evolution des Menschen und wichtig für die spätere vitale Rolle im Leben.

Wenn also die realen Patient-Therapeut- und die realen Kind-Eltern-Beziehungen als wichtig betrachtet werden, dann liegt es auf der Hand, in einer Psychotherapie auch die übrigen gelebten Beziehungen ins Auge zu fassen und diese nicht als irrelevant auszuschließen.

### Probleme und Ressourcen

Patienten berichten oftmals von sorgenvollen Gefühlen, ungelösten Problemen und nicht zu bewältigende Belastungen. Diese Themenbereiche gehen über die Problemfelder Trauma, Konflikt und Stress hinaus, spielen aber eine große Rolle. Dabei kommt es nicht auf die objektive Schwere der Probleme an, sondern auf die Gewichte, die die Probleme einerseits und die Bewältigungsressourcen andererseits auf die Waagschale bringen. Einige brechen schon unter kleinen Belastungen zusammen, andere bewältigen auch große Herausforderungen, ohne psychisch zu dekomensieren. Viele Phänomene der Therapie lassen sich also auch unter der Problem- und Ressourcenperspektive betrachten. Im Therapieprozess würde es darauf ankommen, die inneren und äußeren Problembewältigungsfaktoren des Patienten zu eruieren und gegebenenfalls diese zu aktivieren. Das kann eine innere Wappnung gegen problematische Anforderungen sein, ebenso wie die Ermutigung, außerhalb Hilfe zu holen. Die Fähigkeit, Hilfe zu organisieren und ohne Scham zeitweilig in Anspruch zu nehmen, fehlt vielen Psychotherapiepatienten. Hilfe zu organisieren ist Teil einer gesunden psychosozialen Kompetenz. Die Ressourcenaktivierung kann schon früh im The-

rapieprozess versucht werden und wirken, am ehesten durch eine konkrete Ermutigung.

Persönliche (interne) Bewältigungsressourcen können sein: Partnerschaftszufriedenheit; gutes psychisches Befinden, z.B. Selbstvertrauen und Optimismus; eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung und ein hohes Selbstwertgefühl; Wissen über Problemlösungsstrategien: Aktivität statt Rückzug, Muße statt Alkohol, Bewegung statt Fernsehen etc.; das kritische Auseinandersetzen mit Alternativen, das Abwägen und Erkunden verschiedener Möglichkeiten; das Aushalten von Widersprüchen. Äußere (externe) Bewältigungsressourcen können sein: Unterstützung durch den Partner; eine als gerecht eingeschätzte Arbeitsteilung; materielle Ressourcen in Form eines ausreichenden Haushaltseinkommens, einer ausreichend großen Wohnung, finanzielle Unterstützung von außen etc.; ausreichende Unterstützung durch Familienmitglieder, Freunde, Berater, Kollegen, Chefs oder Hilfsorganisationen und andere soziale Beziehungen in Form von Mithilfe im Alltag, finanzielle Zuwendungen und Orientierungshilfen; ausreichende Handlungsspielräume.

Erste kleine Erfolge beim Problemlösen können das Selbstwertgefühl stärken und Hoffnung auf weitere Fortschritte machen. Der Fokus liegt auf Problemenennung und ihren Lösungen. Das ist schon nahe dran an einer Verhaltenstherapie. Die Lösungsperspektive wurde erst vor 20 Jahren auch für die Psychoanalyse erschlossen (beispielsweise durch Peter Fürstenau 1992). Der Schwerpunkt liegt in dieser Perspektive eher auf der Aktivierung der Selbstheilungskräfte und weniger auf der Analyse der Genese. Die Idee ist, dass an den Problemursachen – besonders wenn sie lange zurückliegen – nur noch wenig bis nichts geändert werden kann, und es hilfreicher ist, hier und jetzt alltags-taugliche und befriedigende Lösungen zu finden. Wichtig ist, Patienten nicht zu schnell mit einem Ratschlag abzuspisen. Im Großen

und Ganzen ist die Problemaufdeckung und die Lösungsperspektive mit das hilfreichste und erfolgversprechendste therapeutische Vorgehen für den Patienten, ohne dass die übrigen Perspektiven vernachlässigt werden dürfen.

### Kognitive Schemata

Persönlichkeitsstörungen sind tief verwurzelte, anhaltende, recht starre Muster des Verhaltens, des Reagierens, des Denkens und Fühlens in unterschiedlichen Lebensbedingungen und Situationen. Die Besonderheiten im Denken, Wahrnehmen, Fühlen und in den Beziehungen zu anderen sind auffallend und vom Durchschnitt der Bevölkerung deutlich zu unterscheiden. Der Beginn dieser Störungen liegt oft schon in Kindheit oder Jugend, und sie dauern ins Erwachsenenalter hinein. Die neurotischen Verhaltensweisen sind oftmals abgeschottet gegen die Außenwelt durch charakteristische Vorstellungen von sich und der Welt. Sie werden „Kognitionen“ genannt, starre gedankliche Konstruktionen, die im Laufe des Lebens meist unbewusst aufgenommen werden. Im therapeutischen Gespräch können sie entdeckt, formuliert und eventuell korrigiert werden. Dem Therapeuten scheinen einige Patienten wie besetzt von diesen Kognitionen, und er wird versuchen, diese mit lebensdienlicheren Gegenbesetzungen zu ersetzen. Das ist Arbeit am Gedanken.

Adler, Horney, Sullivan und Frankl haben bereits kognitiv gearbeitet. Besonders bei Adler war dieser kognitive Einschlag eine Arbeit an der Einsicht des Patienten. Es sollte seinen Fehler einsehen, der hauptsächlich darin bestand, sich von der Gemeinschaft und ihren Belangen abgewandt zu haben und einen egoistischen Lebensstil zu pflegen. Adler prägte dafür den Begriff des Lebensstils.

Heutige Vertreter der kognitiven Therapie wie Aron T. Beck und Arthur Freeman nennen dies „Schemata“. Sie bestimmen die

Richtung und Qualität des täglichen Lebens sowie die Reaktion auf spezielle auftauchende Probleme. Diese treffen auf dysfunktionale Kognitionen im Menschen beziehungsweise Patienten. Die Vertreter der kognitiven Therapie gehen optimistischer Weise davon aus, dass die dysfunktionalen Kognitionen beziehungsweise die damit zusammenhängenden problematischen Verhaltensweisen relativ bewusstseinsnah sind und durch besondere Übungen dem Bewusstsein weiterer Bereiche zugänglich gemacht werden können. Die Vorstellungen von sich und der Welt, die Schemata, rufen laufend verzerrte Ansichten und dysfunktionale Verhaltensweisen hervor.

In Anbetracht der Chronizität der Probleme und der Nachteile, die sich für die Patienten durch das Festhalten an dysfunktionalen Schemata ergeben, muss man sich fragen, warum diese ihre dysfunktionalen Verhaltensweisen aufrechterhalten. Sie verursachen Probleme bei der Arbeit, in der Schule und im persönlichen Leben. Eine Antwort ist, dass einige durch die Gesellschaft noch verstärkt werden, beispielsweise durch Lob und Auszeichnung für besonders akribische Arbeiten oder selbstlosen Einsatz. Eine andere Antwort wäre zu suchen in der bisherigen Funktionalität der Schemata, mit denen die Patienten ihr Leben mehr oder minder erfolgreich führten.

Ausgeprägte Schemata sind nur schwer zu ändern, obwohl der Patient meist weiß, dass sie falsch sind und korrigiert werden müssten. Ein Wechsel von einer scheinbar bisher zutreffenden Kognition zu einer neuen oder weniger bekannten ist immer schwierig. Ferner ziehen Menschen kurzfristig oftmals Vorteile aus grundsätzlich nachteiligen Schemata. Inzwischen wird auch allgemein beachtet, dass Therapien Angst erzeugen können. Die Patienten werden nämlich aufgefordert, ihr Verhalten neu zu gestalten. Sie sollen etwas Neues ausprobieren, obwohl ihnen ihr altes, schädigendes Verhalten auch Vorteile brachte, in erster Linie Sicherheit.

Nun wird von ihnen verlangt, sich selbst und ihre langjährige Selbstdefinition zumindest partiell aufzugeben. Veränderung bedeutet, feindseliges Neuland zu betreten. Das Ansprechen dieser Angst und ihre Überwindung ist Voraussetzung für die erfolgreiche Behandlung. Schaffen Patienten es nicht, erfolgreich mit der Angst fertig zu werden, wird die Therapie blockiert oder abgebrochen.

Die Dysfunktion von Kognitionen lassen sich relativ leicht aus den Patienten herauslocken. Charakteristisch für sie ist, dass sie hierarchisch gegliedert sind und von einem engen zu einem immer weiteren Bedeutungsumfang anwachsen. Ein Beispiel: mein Freund erhebt seine Stimme. Wenn mein Freund laut wird, dann bedeutet es, dass er böse auf mich ist. Wenn mein Freund verärgert ist, lehnt er mich ab. Wenn Menschen mich ablehnen, bin ich ganz allein. Ich bin nicht liebenswert, was ich schon immer ahnte. Das Alleinsein wird schlimm für mich. Ich werde ganz allein sein. Das kann ich nicht. Ich fürchte mich zu Tode.

Ein Mensch, der insgeheim so denkt, deutet alle Informationen über das Verhalten anderer für sich negativ. Die negative Interpretation kann sich zu massiven Affekten steigern. Der Kognitiven Therapie wird gern vorgeworfen, Gefühle und Unbewusstes zu vernachlässigen. Das Beispiel zeigt, dass kein Anlass dazu besteht.

Das kaskadenhafte Prinzip der Kognitionen legt nahe, die auslösenden Situationen genauer unter die Lupe zu nehmen. Bei Wahrnehmung eines Gefahrenreizes wird das dazugehörige Gefahrenschema aktiviert. Zunächst einmal muss herausgefunden werden, ob die Aktivierung des dysfunktionalen Schemas überhaupt angebracht war, das heißt, ob die Situation angemessen interpretiert wurde. War der Partner wirklich auf den Patienten böse, war er deswegen laut geworden? Und selbst wenn das tatsächlich

der Fall war, kann an neuen, funktionalen Verhaltensweisen gearbeitet werden, für deren Übernahme natürlich Einsicht notwendig ist. Der Patient wird aufgefordert nachzufragen, um herauszufinden, ob seine Interpretation nahe genug an der Realität liegt.

Ein Hauptmerkmal dieser Schemata ist, dass sie zu starr sind. Genau darauf hatte schon Adler hingewiesen. Ebenso war ihm aufgefallen, dass neurotische Menschen Informationen selektiv und dysfunktional verarbeiten. Auch das ist gewiss der Fall. Die kognitive Psychologie, die mit Adler begann, arbeitete mit Methoden, die Adler noch nicht einsetzte: systematische Befragungen, Tests, Statistiken und Wahrscheinlichkeiten. Das führt zu neuen und abweichenden Ergebnissen. Die von Adler beobachtete generellen Neigung am Neurotiker, Situationen aus dem Wege zu gehen, die eine „Niederlage“ (zum Beispiel Ablehnung) hervorrufen könnten, ist tatsächlich nur bei einem Teil der Menschen mit psychischen Störungen zu finden, nämlich bei den selbstunsicheren und dependenten Menschen. Adler sprach auch davon, dass sich ein Mensch seinen Lebensstil in den ersten fünf oder sechs Jahren wählt, doch tatsächlich handelt es sich weniger um eine Wahl, als vielmehr um angeborene Präpositionen oder Neigungen sowie um unbewusste dynamische Reaktionen auf Ereignisse. Diese Eigenschaften werden später durch Umwelteinflüsse überformt, und manchen Menschen gelingt es, ihr Verhalten zu ändern und die zu Grunde liegenden Einstellungen zu modifizieren. Nicht alle schüchternen Kinder entwickeln sich zu schüchternen Erwachsenen.

## **Biopsychosoziale Perspektive**

Viele psychische Störungen gehen einher mit körperlichen Symptomen. Schocks, permanenter Ärger, chronische Überforderung und Selbstzweifel äußern sich in einer Fülle von

mehr oder minder schweren körperlichen Beschwerden. Die Fülle der Kombinationen kann hier nicht dargestellt werden. Jedenfalls ergeben sich daraus neue und weitere Aufgaben für die Therapeuten, denn sie sollten die körperliche Seite des psychischen Geschehens immer mitbedenken und über die möglichen Zusammenhänge informiert sein. Konkret geht es um psychosomatisches Wissen. Die symptomübergreifende Perspektive, die an anderer Stelle „integrierte Tiefenpsychologie“ genannt wurde, erfordert die Zusammenarbeit mit den Ärzten, das Berücksichtigen somatischer Befunde zum Beispiel aus früheren Klinikaufenthalten und Überlegungen zur Medikation. Grundsätzlich gilt, dass etwa bei chronischen Kopfschmerzen, hartnäckiger Schlafstörung, Herzstechen und -rasen oder Schwindel eine körperliche Abklärung erfolgen muss. Einige Symptome im Zuge einer psychischen Störung dürfen und müssen in der Hand eines behandelnden Körpermediziners bleiben. Umgekehrt kann es vorkommen, dass Körpermediziner bei aller vertretbaren Diagnostik keine somatische Veränderung feststellen und dem Patienten raten, zum Psychologen zu gehen.

Auch hier sind die möglichen Kombinationen und Schwierigkeiten nicht gerade unendlich, aber doch ziemlich vielfältig. Die Angst vieler Patienten vor Medikamenten ist ein echtes Problem geworden, weil eine notwendige, therapieunterstützende Medikamenteneinnahme deutlich erschwert wird. In den Medien wird meist über ein anderes Problem berichtet, das der voreiligen Medikamentenverschreibung. Das kommt auch vor, doch aus meiner Perspektive schlägt unter dem Eindruck der Berichte über vermeintlich profitorientierte Pharmakonzerne und gedankenlose Ärzte das Pendel zurück. Viele Patienten haben nach der Lektüre der Beipackzettel massive Ängste vor Nebenwirkungen, noch bevor sie überhaupt die Einnahme versucht haben. Oder sie betonen, sie wollen sich nicht chemisch manipulieren lassen (trinken aber gern ein Glas Wein).

Vergleichende Studien über die Effektivität von Psychotherapie oder Medikation als jeweils alleinige Maßnahme oder von beiden Ansätzen zusammen zeigen dennoch übereinstimmend, dass „Neurochem“ (Medikamente) und „Neurochat“ (Psychotherapie) einander zur optimalen Behandlungsform ergänzen. Beide Ansätze zugleich angewendet verstärken den positiven Effekt.

Wie der Geist ist der Körper in ständiger Bewegung. In einem Status der Gesundheit reguliert sich der Körper selbst im Sinne einer Homöostase. Die Selbstregulation kann unter Stress (was immer es konkret sein mag) wie auch im Normalzustand schleichend oder plötzlich entgleisen. Genauer gesagt stehen Botenstoffe nicht mehr im gewöhnlichen Umfange zur Verfügung, was organische Fehlfunktionen zur Folge hat. Die Wirkungen der verschiedenen im Körper aktiven Substanzen (wie Serotonin, Noradrenalin, Acetylcholin, CRH, DHEA, Oxytocin, Östrogen, Gestagen, Progesteron, Prolactin, Testosteron, Tryptophan, Dopamin, Kortisol, Cortison, Adrenalin, jodhaltigen Hormone, Insulin, Vitamine und Mineralien) sind erstaunlich vielschichtig und kompliziert. Ist im Körper das Hormongleichgewicht gestört, kann dies zu Krankheiten wie der Depression führen. Eine mögliche Ursache der Depression ist eine Störung des Hormonhaushaltes im Gehirn. Alle sinnvollen therapeutischen Maßnahmen haben die Normalisierung und Wiederherstellung des natürlichen hormonellen Gleichgewichts zum Ziel. Es leuchtet ein, dass dies auch über Medikamente versucht werden muss; bei schweren Depressionen ist eine alleinige gesprächsweise Psychotherapie sinnlos.

Eine der wichtigsten Botenstoffe sind Hormone der Schilddrüse. Schilddrüsenhormone haben Eigenschaften, welche die Psyche beeinflussen können. Eine Schilddrüsenunterfunktion kann wie eine Depression mit Reizbarkeit, Überforderungsgefühlen, Konzentrationsstörungen, erhöhte Ängstlichkeit und Schlafstörungen aussehen. Eine Schild-

drüsenüberfunktion (Hyperthyreose) zeigt sich in Unruhe (Rastlosigkeit), Ungeduld (Reizbarkeit), Wutausbrüchen schon bei kleinen Anlässen und Schlaflosigkeit. Bei Erkrankungen der Schilddrüse sind diese psychischen Symptome hormonell bedingt und kein Ausdruck einer psychischen Störung. Die Untersuchung der Schilddrüse vor Aufnahme einer Psychotherapie ist unbedingt angezeigt. Die Hormonsubstitution durch ein entsprechendes Medikament kann die genannten Symptome rasch lindern. Ob dann noch eine Psychotherapie indiziert ist, muss eine weitere Befragung ergeben. Es ist also zu warnen vor einer voreiligen psychischen oder psychosomatischen Diagnose. Jedenfalls ist die Möglichkeit einer gar nicht so seltenen hormonellen Fehlfunktion ein weiteres Argument dafür, als Therapeut eng mit Körpermedizinern zusammen zu arbeiten.

## Neurologie und Gehirnforschung

Das Wissen um die Funktionsweise des Gehirns hat sich in den vergangenen Jahrzehnten dank bildgebender Verfahren enorm erweitert. Mediziner und Forscher sind in der Lage, aktive von „ruhigen“ Arealen unter definiertem Einfluss zu unterscheiden. Was könnte das für die Psychotherapie bedeuten? Ergibt sich daraus eine zusätzliche Perspektive?

Mit Nachdruck hat sich der vor wenigen Jahren verstorbene Berner Therapieforscher Klaus Grawe in seinem Buch *Neuropsychotherapie* (2004) für die Aufnahme hirnpfysiologischer Kenntnisse in die Psychotherapie ausgesprochen. Es ist unbestritten, dass alle psychischen Funktionen ein biologisches Korrelat, eine somatische Grundlage haben. Ohne Körper gibt es nichts Mentales, und umgekehrt schlägt sich alles Mentale in Körperlichkeit nieder. Es liegt nahe anzunehmen, dass eine Änderung auf einer Ebene irgendeine Änderung auf der anderen nach

sich zieht, noch genauer: eine Verbesserung (wie immer man sie definieren mag) bedeutet eine Verbesserung des Gesamtsystems. Auf der anderen Seite steht der Mensch immer noch vor der unbegreiflichen Tatsache, dass sich Bilder von Erlebnissen mitsamt Gefühlen im Kopf erhalten, die in gefühllosen Nervenbündeln abgelegt sind. Der somatische Prozess der Gedächtnisbildung und die Umsetzung von chemisch-elektrischen Signalen in bewusste Bilder bleiben bis auf weiteres rätselhaft. Weder wird sich Psychisches auf Biologie reduzieren lassen, noch wird sich die Biologie des Gehirns gezielt im Sinne einer psychischen Verbesserung manipulieren lassen (von der medikamentösen Beeinflussung abgesehen).

Der Therapeut sollte offen bleiben für neurobiologische Modelle, doch die psychodynamischen Modellvorstellungen bleiben vorläufig gültig und praktikabel. Es ist unbestritten, dass sich die Aktivitätsinseln im Gehirn eines Depressiven oder einer Traumatisierten unter Psychotherapie verändern, aber es ist bis auf weiteres nicht möglich, psychotherapeutisch gezielt in die Amygdala oder das limbische System einzugreifen, auf dass eine Verbesserung des psychischen Befindens erfolgt. Noch weniger kann man sich das beim Vorhandensein von Konflikten vorstellen. Hier ist nur denkbar, über mentale Fähigkeiten eine Lösung zu versuchen. Und welchen Vorteil hätte es für einen Patienten, wenn man ihm sagt, seine Schwierigkeiten liegen in der bindungstraumatisch verminderten präfrontalen Modulation basaler limbischer Strukturen? Beziehungstheoretische Vorstellungen sind doch viel eingängiger.

Was aber versucht werden sollte, ist die medikamentöse Regulation der Botenstoffe. Das gilt auch für die Gabe von Ritalin, was immer wieder mal als „profitorientiertes Vollpumpen“ harmlos überaktiver Jugendlicher beschrieben wird, denen von unverantwortlichen Ärzten eine „erfundene

Krankheit“ namens ADHS diagnostiziert wurde. Überhaupt werden Medikamente von einer immer größer werdenden Gruppe von Patienten abgelehnt. Jahrzehntelanges Trommelfeuer gegen »die Pharmaindustrie« und ungeschickt formulierte Beipackzettel habe viele ängstlich werden lassen. Zu einer zu unbedenklichen Einnahme von Medikamenten gesellt sich derzeit eine abwegige Furcht vor Medikamenten.

### Konvergenz der Schulen

In der Psychotherapie sind zwei Trends zu beobachten, die parallel verlaufen. Zum einen tauchen immer neue Psychotherapieformen auf. Innovationen auf dem Psychotherapiemarkt, sofern man diese Angebote überhaupt als Neuerungen verstehen mag, sind oftmals nur Kombinationen von zwei oder drei schon bestehenden Ansätzen. Sie haben allerdings nur dann Chancen auf Erfolg, wenn sie mit charismatischem Anspruch missioniert werden, was oft in Widerspruch zum Innovationsgehalt steht.

Zum anderen zeigen sich seit einigen Jahrzehnten Konvergenzbestrebungen und Integrationsbemühungen zwischen den verschiedenen grundlegenden Richtungen. Es gibt einen inzwischen fast natürlichen Hang zum Eklektizismus im Sinne einer reflektierten Adaptation therapeutischer Techniken, der von den USA ausgehend auch Europa erreicht hat. Die pragmatischen amerikanischen Psychiater und Sozialarbeiter haben sich schon seit dem Zweiten Weltkrieg aus dem angebotenen Fundus bedient und sich das herausgegriffen, was für den Patienten oder Klienten am erfolgversprechendsten scheint.

Der letzte große Streit zwischen den etablierten Therapierichtungen im deutschsprachigen Raum fand statt anlässlich der Veröffentlichung von Klaus Grawes vergleichender und bewertender Psychotherapieforschung (*Psychotherapie im Wandel – von der Konfession zur Profession*, 1994). Das Buch bietet einen

hervorragenden Überblick über die Forschungsergebnisse zu den verschiedensten Psychotherapien auf dem Markt zum damaligen Zeitpunkt. Das Grawe-Team leistete damit einen großen Beitrag für eine empirisch fundierte Psychotherapie.

Der Titel deutet die grundlegende Richtung von Grawes Forschung an: Seines Erachtens verharren die etablierten Schulen in ihren Ausbildungsinstituten noch viel zu sehr in einem bekennenden Glauben (Konfession), statt endlich eine professionelle Haltung zur Psychotherapie (jenseits von Glaubensdogmen) einzunehmen. Grawe sieht fünf grundlegende Faktoren, die in jeder Therapierichtung am Wirken sind.

Der erste Faktor ist die Qualität der *therapeutischen Beziehung* zwischen Psychotherapeut und Patient. Sie trägt signifikant zu einem besseren oder schlechteren Therapieergebnis bei. Den zweiten Wirkfaktor nennt Grawe *Ressourcenaktivierung*. Dabei geht es darum, die Möglichkeiten und Stärken zu nutzen, die der Patient mitbringt. Der dritte Wirkfaktor ist die *Problemaktualisierung*. (Fast) alles muss ans Tageslicht und ins Bewusstsein. Grawes vierter Wirkfaktor ist die aktive Hilfe zur *Problembewältigung*. Der Therapeut soll dem Patienten helfen, über ein Problem hinwegzukommen. Das richtet sich gegen die Manie, hinter allem etwas Tieferes und Eigentliches zu vermuten und es analysieren zu wollen. Der fünfte Faktor ist die *Problemerkklärung*. Hier geht es um die Frage, woher die Probleme kommen. Vielen Patienten ist dies sehr wichtig.

Klaus Grawe trat dafür ein, die klassischen Therapieschulen aufzugeben und sich stattdessen an den Faktoren zu orientieren, die für die heilende Wirkung der unterschiedlichen Therapien verantwortlich sind. Aus welcher Therapieschule die Methoden stammen, mit denen diese Faktoren verwirklicht werden, soll dabei keine Rolle spielen. Einige vertreten die Meinung, dass Integrationsversuche nicht praktikabel sind, weil die Schulen Endzustände von Entwicklungen

sind, welche nicht überzeugend miteinander verbunden werden können. Grawe und andere vertreten den Standpunkt, dass es nicht in erster Linie darauf ankommt, einer Schulenrichtung zu dienen, sondern eine breite Palette therapeutischer Mittel nach Bedarf des Patienten flexibel einzusetzen.

Insbesondere die Psychoanalytiker fühlten sich herausgefordert, die Methodik Grawes und seiner Mitarbeiter zu diskreditieren und zugleich zu betonen, dass die Psychoanalyse mit normalen wissenschaftlichen Methoden nicht greifbar und nicht bewertbar sei. Sie weigern sich beharrlich, die Effektivität ihrer fast schon esoterischen Behandlungsmethode überprüfen zu lassen, werden auf Dauer diese Position aber nicht aufrechterhalten können, sofern sie weiter von den (deutschen) Krankenkassen bezahlt werden wollen. Die orthodoxe Psychoanalyse ist damit praktisch die einzig verbleibende Richtung, die sich einem Methodenpluralismus entgegenstemmt.

## Heutige Therapie

Die übrigen Schulen und Richtungen haben ihren Allgemeingültigkeitsanspruch zu Recht aufgegeben, der sowieso nie ernsthaft vertretbar war. Ihre gemeinsamen Interessen dürften größer sein. Sie betreffend die Organisation der Psychotherapie, ihre Finanzierung, die Zusammenarbeit mit der Medizin (niedergelassene Ärzte und Kliniken) und die Vertretung einer lebendigen Gegenposition zur rein naturwissenschaftlichen Medizin.

Die Tiefenpsychologie hat pragmatisch Elemente der Verhaltenstherapie übernommen, die klassische Psychoanalyse ist nur noch ein Spezialfall unter den Behandlungsmethoden, die zunehmende Mühe hat, ihre Daseinsberechtigung zu belegen. Und die Verhaltenstherapie hat sich von einer rein symptomzentrierten Perspektive auch auf die innenpsychische Lage und die weitere psychosoziale Entwicklung ausgerichtet. Die grundle-

genden Probleme der körperlichen und seelischen Entwicklungen und der breite Bereich therapeutischer Anwendungen legen den Psychotherapeuten nahe, sich nicht im traditionellen Schulen zu isolieren, sondern sich interdisziplinär zu orientieren.

Die Therapieprozessforschung geht darauf aus, die Therapie zu differenzieren und zu effektivieren. Schon lange sind Therapeuten und ihre Schulen davon abgekommen, Patienten jahrelang in eine letztlich artifizielle Beziehung einzubinden. Der Prozess der Befreiung von Störungen und zurück zur Selbstständigkeit soll angemessen kurz bleiben.

Wenn von Psychotherapie die Rede ist, denken viele an den Spezialfall der Psychoanalyse, jener langen „Reise ins unbekanntes Land“, an den Versuch, in Kontakt mit dem Unbewussten des Patienten zu kommen und ihn bei diesem Bemühen möglichst wenig zu stören. Diese Reisen dauerten früher lange, manchmal viele Jahre, und das Ergebnis war nicht vorherzusehen. Auch die frühe Daseinsanalyse und die Therapie Jung'scher Prägung kannten Therapien von 500 und mehr Stunden. Ganz anders Alfred Adler und die Individualpsychologen, deren Therapien von Anfang an auf effektive Kürze angelegt waren.

Überhaupt hat die Tiefenpsychologie ihren Fokus wesentlich erweitert, unter anderem

- auf ungelöste zwischenmenschliche (innerfamiliäre) Konflikte,
- auf die Entwicklungsdefizite der Patienten (Ich-Struktur),
- auf die chronischen Traumata vernachlässigender Beziehungen,
- auf die Versprachlichung (Mentalisierung) unbewusster Leitlinien, Motive, und Schemata,
- auf die bewusste, rationale Verarbeitung und Überwindung von Problemen (Kog-



nitien),

- auf die Psychoedukation der Patienten (zur Erläuterung und zur Angstreduzierung),
- auf die Verfolgung von konkreten Therapiezielen,
- auf die Interaktion zwischen den beiden Protagonisten, selbstverständlich unter stetiger Reflektion von Übertragung und Gegenübertragung, Abwehr und Widerstand,
- auf die Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Patienten (Ressourcenperspektive),
- auf die Wechselwirkung zwischen Psyche und Soma (Psychosomatik) und
- auf die neuen neurowissenschaftlichen und hirnpfysiologischen Aspekte, über die ein Therapeut zumindest grob informiert sein sollte.

Es gibt umrissene Störungen, die gegenwärtig eher für Verhaltenstherapeuten eine Indikation darstellen, und solche, die jeher in tiefenpsychologischen Behandlungen einen Erfolg versprechen. Und es gibt eine große Mittelgruppe, bei der zunächst symptomzentriert eine Erleichterung erreicht werden sollte, und dann längerfristig eine neue psychosoziale Entwicklung der Persönlichkeit zum Behandlungsziel wird. Die Therapie wird dadurch verkompliziert, dass beide Perspektiven ineinander verflochten sind oder nacheinander verbunden werden.

Der Therapeut sollte immer offen und bereit sein, seine Ansichten zu überprüfen und sein Vorgehen abzuändern. Nicht die Veränderung der gesamten Persönlichkeit ist das Ziel, sondern die Auflösung oder Verringerung von Symptomen oder eine begrenzte Verhaltensänderung. Es gibt eine zeitliche Begrenzung und eine inhaltliche Fokussierung für die Therapie. Vom Therapeuten wird eine größere Aktivität und Resonanz auf den Patienten erwartet. All das sind grundlegen-

de Unterschiede zum Vorgehen in den Kindertagen der Tiefenpsychologie.

Bei allen Änderungen, die die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie in den vergangenen 100 Jahren durchgemacht hat, bleiben wichtige Grundbegriffe bestehen, auch wenn sie heute oftmals ganz anders aufgefasst werden als früher. Zu diesen Grundbegriffen gehören Widerstand, Übertragung und Gegenübertragung, die Dynamik des Unbewussten, die Dynamik von innerpsychischen oder zwischenmenschlichen Konflikten, die Dynamik von Beziehungen zu den Eltern oder anderen wichtigen Personen, die Person des Therapeuten auch in seiner beeindruckenden und suggestiven Potenz, innerpsychische Prozesse wie Projektion, Introjektion und Identifizierung, die Frage von Determination und Freiheit usw. Das triebpsychologische Paradigma wurde erweitert um das ichpsychologische, das selbstpsychologische und das objektbeziehungspsychologische.

Die Grundbedingung der Empathie und einige bedeutungstechnische Grundsätze – die frei schwebende Aufmerksamkeit, die freie Assoziation, die Bedeutung der Beziehung – blieben im Wesentlichen bis heute gültig, daneben hat sich die Behandlungstechnik in den letzten 100 Jahren teilweise bis zur Unkenntlichkeit verändert. Es tobten Meinungsverschiedenheiten um die Neutralität des Therapeuten und die ideale Behandlungstechnik, seitdem Sándor Ferenczi sich 1919 vom Freud'schen Dogma vom „kalten Chirurgen“ ab- und sich empathisch seinen Patienten zuwandte.

Das Prinzip „Deutung“ wurde zurückgedrängt zugunsten des Prinzips „Beziehung“. Vertrauen im Rahmen eines robusten Arbeitsbündnisses ist Grundpfeiler einer erfolgreichen Behandlung. Wirksame und hilfreiche Psychotherapien beruhen nicht auf der Anwendung der richtigen Theorie, sondern auf unspezifischen Faktoren, die in allen Therapieformen vorkommen. Das Gelingen der therapeutischen Beziehung ist bei Wei-

tem wichtiger als die Wahl der Methode.

Es gilt als selbstverständlich, dass Therapeuten nach ihrer schulenspezifischen Ausbildung über den Tellerrand schauen und sich von anderen Disziplinen inspirieren lassen, vor allem der Verhaltenstherapie, der Neurobiologie, der Entwicklungspsychologie und der Psychosomatik. Das therapietechnische Repertoire hat sich deutlich erweitert. Therapeutische Verfahren sind keine starren Gebilde. Neben der Verhaltenstherapie haben sich tiefenpsychologische Verfahren als hauptsächliche Therapieform erhalten. Überlebt hat sich die Vorstellung, der Therapeut dürfe nichts von seinen Arbeitsmethoden offenbaren. Heute gilt es als Kunstfehler, den Patienten nicht darüber zu informieren, was ihn in einer Therapie erwartet.

Andererseits kann auch heutige Psychotherapie nicht kochbuchartig angewandt werden. Gerade die tiefenpsychologische Psychotherapie ist eine aufregende Mischung aus Können und Kunst. Die Neueinsteiger in dem Beruf erhalten an den Ausbildungsinstituten einen Korb mit Handlungsempfehlungen, die ihnen für die ersten Jahre ihres Berufslebens Orientierung geben. Die meisten von ihnen werden die Erfahrung machen, dass einzelne Interventionsinstrumente niemals auf alle Patienten passen. Dann beginnt die Suche nach Alternativen, und erst dann wird dieser Beruf zu einer spannenden Reise.

Wieder war es die psychoanalytische Ausbildung, die besonders strikt auf die Anwendung spezifischer Handlungen („Technik“) pochte. Heute weiß man, dass verschiedenartige Wege zum gleichen Ziel führen können. Was dem einen Behandler dringend geboten erscheint, kann für den anderen gerade die schlechteste Option sein. Bei aller manualisierten Routine spielt die Intuition weiterhin eine große Rolle. Noch immer lässt sich nur ein Bruchteil des therapeutischen Wissens auf gesicherte Forschungsbefunde

zurückführen. Die in Jahren gezählte lebendige Erfahrung des Therapeuten, sowohl im Alltagsleben wie in der Therapie, bleibt unverzichtbar. Die eklektizistische Aneignung von Wissen dürfte weiterhin ein Erfolg versprechendes Vorgehen bleiben. Jeder Therapeut hat nicht nur das Bedürfnis, seine Arbeit so zu tun, wie es seiner Persönlichkeit entspricht, er kann auch gar nicht anders. Jede Unterwerfung unter ein Dogma führt zur Verkrampfung. Andererseits sollte sich zumindest ein Anfänger in dieser Profession nicht zu weit auf unbekanntes Terrain vorwagen und sich lieber ein paar Jahre am gesicherten Wissen orientieren. Gerade jenen ist zu misstrauen, die sich im Besitz der Wahrheit dessen, was Psychotherapie ist, wähnen. Der Kosmos des Menschen ist unendlich; wer wäre so vermessen zu behaupten, er wüsste, wie Psychotherapie genau zu funktionieren hat?

Es mag beruhigen, wenn man sich vergegenwärtigt, dass Psychotherapie wirkt, wenn sie in gutem Glauben von hinreichend kompetenten Therapeuten angewandt wird. Die Forschung ist sich zumindest darin einig, dass eine tragfähige therapeutische Beziehung für den Behandlungserfolg bei Weitem wichtiger ist als die Wahl des Verfahrens. Zugleich aber lassen sich erfolgreiche und wenig erfolgreiche Psychotherapeuten deutlich unterscheiden. Die Fähigkeit, freundliche und vertrauensvolle Beziehungen herzustellen, ist mit ausschlaggebend.

Jedem Menschen wird ein Temperament oder eine Persönlichkeit mitgegeben, die in mehr oder minder großem Umfange genetisch fundiert ist. Zwillingforschung und Adoptionsforschung sind in dieser Hinsicht eindeutig. Mit diesen ungleich gegebenen Persönlichkeiten müssen Arzt und Psychotherapeut rechnen. Das bedeutet, dass die Heilungs- und Besserungsanstrengungen der Heilberufler unweigerlich an Grenzen stoßen. Vielmehr sollte versucht werden, im Rahmen der dem Individuum mitgegebenen

Möglichkeiten nach Lösungen zu suchen. Verkehrt wäre es jedenfalls, den Patienten mit zu hohen Ansprüchen an Persönlichkeits- und Verhaltensänderungen zu überfordern. Viele Menschen können nicht über ihren Schatten springen.

In der Psychoanalyse hat sich das Augenmerk schon länger auf die aktuellen Schwierigkeiten der Patienten und deren weitere Entwicklung in der Zukunft verlagert. Es gibt eine starke Tendenz in der Psychotherapie, sich von der Suche nach den „wahren Gründen“, die im Unbewussten liegen sollen, freizumachen, und den Kranken in der Bewältigung ihrer körperlichen, seelischen und situativen Lebenslage pragmatische Hilfe zu geben.

Für die moderne Psychotherapie ist es grundlegend, dass sie seelisch Erkrankte nicht nur als Opfer äußerer Einflüsse und ihres Umfeldes, der Kindheit, der Eltern oder späterer Belastungen sehen. Der Therapeut soll ermutigender Partner werden auf der weiteren, von den Patienten selbst mitbestimmten Lebensstrecke. Der Therapeut wird diese Rolle besser meistern können, wenn er selbst über viel Lebenserfahrung verfügt, das heißt älter ist.

Gleichzeitig entfernen sich die Therapierichtungen von deterministischen Vorstellungen früherer Jahrzehnte. Von Konzepten wie die von der schizophrengen Mutter, vom Ödipuskomplex, von der „Wahl“ des Lebensstils in den ersten Lebensjahren, die unweigerlich zu Neurosen und Psychosen führen, sind Forschung und Praxis längst abgerückt. Die Lebenszeitforschung kennt keine vorhersehbaren Verläufe mehr, sie rechnet vielmehr mit überraschenden Wendungen und Veränderungen auch in den langweiligen Stimmungen und Temperamenten, sofern man die Betreffenden über Jahrzehnte hinweg beobachten kann. Die körperlich verankerte seelische Entwicklung und Verarbeitung der Umwelt ist wenig determiniert, noch weniger vorhersagbar, und zugleich bewegt sich jeder Mensch in einem mehr

oder weniger weiten Korridor von Verhaltens- und Lebensmöglichkeiten. Gleiche Erlebnisse führen zu unterschiedlichen Reaktionen auf der Basis verschiedenartiger Bereitschaften und Vorerfahrungen.

### Der gute Patient

Viel wurde geschrieben über den „guten Therapeuten“, über dessen wünschenswerte Fähigkeiten, als da wären Mut, Empathie, Solidarität, Geduld, Lebenserfahrung und psychotherapeutische Technik. Noch zu wenig wurden bisher jene Fähigkeiten beachtet, die der *Patient* mitbringen sollte. Nicht jeder Patient ist für jede Therapieform geeignet; einige haben ichstrukturelle Defizite, die von einem noch so guten Therapeuten nicht ausgeglichen werden können. Gerade die Psychoanalyse stellt sehr hohe Anforderungen an den Hilfesuchenden. Zur „freien Assoziation“ sind erstaunlich wenige fähig, das heißt, ihnen gelingt es nicht oder kaum, in ihren inneren Gedankenstrom hineinzukommen, geschweige denn, ihn zu verbalisieren. Freud nannte dies etwas voreilig Widerstand, aber tatsächlich ist zwischen Nicht-Wollen und Nicht-Können schwer zu unterscheiden. Nur wenige können lebendig über ihre Träume berichten und diese interpretieren. Es geht ja nicht um Banalitäten, sondern um psychisch relevantes Material im Sinne der Tiefenpsychologie. Wenige sind in der Lage oder willens, ihre Träume und Einfälle (auch während des Tages) aufzuschreiben und in die Therapie mitzubringen. Ein gewisses Maß an Intelligenz, ethischer Entwicklung, Ausdrucksfähigkeit, Veränderungsbereitschaft und Therapiemotivation sind ebenfalls unumgänglich, soll die Therapie einigermaßen Erfolg haben. Denn der Patient muss aus der springenden Assoziationskette wieder zurückfinden zum analytischen, geordneten Denken. Auf der anderen Seite der Skala stehen das pathologische Überschwemmtwerden von Gedanken, der Grübelzwang und das quälende Gedankenkreisen.

Daneben gibt es unterstützende Gespräche für einfach strukturierte Menschen, die aber, wenn man ehrlich ist, nicht gerade zu den Höhepunkten der therapeutischen Arbeit zählen. Ausgeprägte Charakterstörungen, überhöhtes Anspruchsdenken, erlernte Hilflosigkeit oder Starrheit des Empfindens und Denkens setzen einer Therapie manchmal unüberwindliche Hindernisse. Freud glaubte, Patienten über das fünfzigste Lebensjahr hinaus nicht therapieren zu können, weil sich in einem solchen Leben zu viel Material angesammelt hat. Diese Einschränkung hat eigentlich noch nie jemandem eingeleuchtet und gilt schon lange nicht mehr. Im Gegenteil, die Therapie mit alten Menschen ist ein spezieller Zweig der Psychotherapie geworden.

Nicht das Alter ist entscheidend, sondern Leidensdruck, Therapiemotivation, Veränderungsbereitschaft, Eloquenz, Einsichtsfähigkeit, Lernfähigkeit, relative Angstfreiheit, Kooperationsfähigkeit, Fragebereitschaft, Reflexionsfähigkeit und vieles mehr. Man steht vor dem Phänomen, dass ein künftiger Psychotherapiepatient schon recht gesund sein sollte. Das führt zu einem damit zusammenhängenden Problem. Es wird beklagt, dass das Psychotherapieangebot auf dem Land und in den Arbeiter- und Migrantenbezirken großer Städte dünner ist als in den Städten und dort in den bürgerlichen Vierteln. Unausgesprochen wird unterstellt, dass jeder unterschiedslos für eine Psychotherapie geeignet ist. Wie beschrieben, ist das nicht der Fall. Sich mit maul- und denkfaulen, mit dem Alltagsleben überforderten, aggressiven, frustrationsintoleranten, unzuverlässigen, unwilligen und beratungsresistenten Klienten rumschlagen zu müssen, gefällt keinem Therapeuten mit Abitur, Studium und fünf Jahren Berufsausbildung.

## Therapieziele

Therapieziel ist ganz allgemein gesprochen

die Wiederherstellung einer möglichst umfassenden Handlungsfähigkeit des Patienten, Voraussetzung dessen Wille und Vermögen dazu. Das Thema der Therapieziele ist in der Vergangenheit breit diskutiert worden.

Freud pfl egte die Frage nach der Norm seelischer Gesundheit eines Menschen mit dem Hinweis zu beantworten: Er solle arbeiten und lieben können. Der gesunde Mensch sei der, schrieb Freud 1926, dessen Ich „seine volle Organisation und Leistungsfähigkeit besitzt, zu allen Teilen des Es Zugang hat und seinen Einfluss auf sie üben kann. Es besteht ja keine natürliche Gegnerschaft zwischen Ich und Es, sie gehören zusammen und sind im Falle der Gesundheit praktisch nicht voneinander zu scheiden“. Erneut zeigt sich, dass die Psychoanalyse nicht wertneutral ist; sie fasst bestimmte Werte ins Auge, die ihres Erachtens zur psychischen Vollwertigkeit gehören und angestrebt werden sollten. Über die Ausgestaltung von Arbeit und Liebe schwieg sich Freud aus. Mit dem seelisch normalen Menschen befasste sich Freud, der ansonsten ein enormes Werk hinterließ, nicht eigens. Was die Sexualität angeht, so ging es Freud darum, sie ohne Scham- und Schuldgefühle genießen zu können. Freud hätte die Sozialisation eines Kindes dann als gelungen angesehen, wenn es leistungsfähig im bürgerlichen Sinne ist, Sexualität genießen kann und die Prinzipien der Vernunft, der Wissenschaft und des Religions-skeptizismus internalisiert hat. Die berühmte Formel „Wo Es war, soll Ich werden“ (1933) weist in diese Richtung. Freud sprach aber auch von der genitalen Phase als letzte und offenbar ausgereifteste Entwicklungsstufe des Kindes. Ein Mensch ist dann über die prägenitalen Charakterorientierungen hinausgekommen, wenn er das Niveau des Kulturmenschen annähernd erreicht hat.

Schon ab 1925 versuchten Franz Alexander und Lytton Strachey die Therapiezieldebatte in der Psychoanalyse zu ordnen. Unter der Hand weiteten sie die möglichen Ziele enorm

aus: vom Verschwinden der anfangs geäußerten Symptome über verbessertes psychisches Funktionieren bis hin zu einer verbesserten Realitätseinschätzung, von der Wiedergewinnung eines Urvertrauens über realitätsgerechte Abkopplungen, Überwindung von Irrationalitäten, Abbau von destruktiven Elementen, befriedigende Sexualität, Stärkung der Selbstverantwortung und des Selbstwertgefühls, Klärung der Beziehung zu den Eltern, verbesserte Beziehungen zu den Mitmenschen, Förderung von Empathie, Akzeptierung der Realität, Abbau von Größenwahn, Triebkontrolle, Erlebnisfülle, Gefühlserweiterung, flexiblere Abwehrmechanismen, soziokulturelle Adaptation bis hin zu den selbstanalytischen Fähigkeiten. Zweifellos repräsentieren diese und die vielen nicht genannten weiteren Tüchtigkeiten einen Querschnitt durch alle hier bearbeiteten Psychologieschulen, nicht nur der Psychoanalyse. Die Psychoanalyse aber hat das nur selten ausgesprochene, und dennoch vorhandene Problem eines paradoxen Nebeneinanders von anspruchsvollen Zielvorstellungen und der therapeutischen Abstinenz des Analytikers.

Anders als für die orthodoxe Psychoanalyse stellt sich die Frage der psychischen Gesundheit für die Individualpsychologie. Adler fasste Neurose als falsche Lebensform und soziale Abwegigkeit auf. Ausgehend von der These, dass die Mitmenschlichkeit die Grundstruktur des menschlichen Wesens ist, wurde der Begriff des Gemeinschaftsgefühls zur fiktiven Norm, zum Unterscheidungskriterium von Neurose und Normalität beziehungsweise Gesundheit. Wenn sich der Mensch schon jetzt seinen Mitmenschen auf gleichberechtigter und kooperativer Basis zuwende, kann er nach Ansicht der Individualpsychologie als so gut wie geheilt betrachtet werden. Die drei Lebensbereiche, in denen sich der Mensch zuvorderst zu bewähren habe und in denen sich seine Gesundheit ausdrücke, seien Liebe und Partnerschaft, Arbeit und Beruf sowie Gemeinschaftlichkeit und Freundschaft (siehe Kapitel „Lebensauf-

gaben“). Eine Ausarbeitung des Bildes vom gesunden Menschen hat Adler (wie Freud) nie vorgenommen. Die Ausrichtung auf das Gemeinschaftsgefühl als Lackmустest für Neurose kommt dem Leser manchmal reichlich undifferenziert vor. Mit der Betonung dessen, was psychologisch falsch gemacht werden kann, hatte Adler aber indirekt ein ganzes Bündel an Zielen benannt, die von der zugewandten Erziehung bis zu Optimismus und Humor reichen.

Freud schätzte sich schon glücklich, wenn der Analysand tüchtig arbeiten lernte und zu einem freien Vollzug der Sexualität befähigt wurde. Adler erweiterte die Vorstellung von Gesundheit um die soziale Ausrichtung auf eine kulturell höhere Gemeinschaft. Die Jung'sche Psychologie nun definierte Gesundheit als die Eroberung sämtlicher leiblicher, psychischer und geistiger Potenzen (das gilt auch für die Daseinsanalyse). Krankheit ist eine defizitäre Form von Gesundheit. Gesund ist in der Psychologie Jungs, wer seinen Schatten integriert und zu Gott zurückgefunden hat. Gesund in der Daseinsanalyse ist, wer einen Zustand von Weltoffenheit, von heiterer und optimistischer Gestimmtheit, von wohlwollender Kooperation und Kommunikation mit den Mitmenschen erreicht hat. Selbst in der Neurose gebe es noch einen graduellen Freiheitspielraum, den es zu erweitern gilt.

Neuere Autoren halten das gesamte denkbare Spektrum an Zielen für aufnahmewürdig; der Wunsch nach dem Kennenlernen des eigenen Unbewussten scheint nur noch eine unter sehr vielen anderen Möglichkeiten zu sein. Sie haben lange Kataloge aufgestellt, die sämtliche Verhaltens-, Denk- und Gefühlsweisen, wie man sie landläufig einem gesunden Menschen für angemessen hält, als mögliche und wünschenswerte Therapieziel ins Auge fasst. Es ist ein stoischer Einschlag nicht zu übersehen, die Widrigkeiten des Lebens unerschütterlich hinzunehmen.

Bemerkenswerter Weise werden in der tatsächlichen Behandlung die Therapieziele

bescheidener und konkreter gefasst. Das eine ist das breite Spektrum denkbarer Therapieziele, das andere ist das, was in der Praxis einer zeitbegrenzten Therapie realistisch erreicht werden kann. Es gilt heute als Behandlungsfehler, den Fokus einer Therapie zu geräumig anzusetzen. In den heute üblichen Kurzzeittherapien zwi-

schen 25 und 100 Stunden können die Bäume nicht in den Himmel wachsen. Somit geht in der konkreten Behandlung vieles nicht über das therapeutische Minimalprogramm Freuds hinaus, der von seiner Psychoanalyse nicht mehr verlangte, als dass sie neurotisches Elend in das übliche Unglück verwandeln möge.



# Ausblick





## 125 Jahre Tiefenpsychologie: Was hat es gebracht?

---

Vor ungefähr 125 Jahren begann der Aufstieg der Psychologie als Wissenschaft und namentlich der der Tiefenpsychologie. Sie trat an mit dem Anspruch, nicht nur verlässliches Wissen über den Menschen zu generieren, sondern die Menschen von irrationalen Fesseln zu befreien und ihnen zu helfen, ihre Möglichkeiten zu entfalten. Wie weit ist dieses aufklärerische Projekt gediehen?

Vor rund 20 Jahren veröffentlichten zwei Amerikaner, der Jungianer James Hillman und der Journalist Michael Ventura, ein Buch mit dem provokanten Titel *Hundert Jahre Psychotherapie - und der Welt geht's immer schlechter* (1993). Die frühen Psychotherapeuten hätten geglaubt, mit Therapie würden die Menschen immer aufgeklärter und besser und dadurch auch die Welt. Doch die Hinwendung nach innen ziehe die Energie von der Außenwelt ab. Die Beschäftigung mit sich selbst vernachlässige die wahren Krankmacher, als da wären: die Wirtschaft, die Politik, die klimatisierten Gebäude, das Geldsystem, die Schulbildung, Neonlicht, Automobile, Formaldehyd, Lärm, Lebensmittelzusatzstoffe, die Lügen der Zeitungen, Rassismus, Massenmenschentum, Steuern, Bürokratie, Verbrechenangst usw. Die Welt sei voller ästhetischer Beleidigungen: Asbest, Zigaretten, Nitratwurst, DDT, Blei, Quecksilber, Mikrowelle, Sprays, Radon, Desinfektionsmittel, Abgase. Psychotherapie lenke von der Pathogenität der Umwelt ab und helfe dem Patienten nicht, sich an der Bewältigung der Alltagsprobleme zu beteiligen.

Hillman spekulierte darüber, wie man die therapeutische Zweierbeziehung zu einer „revolutionären Zelle“ der politischen Weltveränderung umgestalten könnte. Stattdessen diszipliniere die Therapie den wilden,

dysfunktionalen Teil des Menschen und raube ihm damit seine geheimsten und schönsten Kräfte. Hillman und Ventura nennen es die Weißbrot-Therapie, die nur dem Zweck diene, die Menschen friedlich, zufrieden und satt sein zu lassen. Die unzähligen Therapieschulen und Selbsthilfegruppen sollten den Individualismus hinter sich lassen und sich der Politik zuwenden. Ausdrücklich berufen sie sich auf Alfred Adler (der sich allerdings bewusst von allen politischen und Parteiorganisationen fern hielt).

Das exzessive Kreisen um sich selbst vor allem in der Psychoanalyse ist ein Faktum, das schon früh Aufmerksamkeit und Ablehnung auf sich zog. Diese heute selten angewendete Therapieform birgt die Gefahr einer tendenziellen Abkehr von den Mitmenschen und von Hochmut. Die meisten anderen Therapieformen gehen heute anders vor; schon Alfred Adler praktizierte ein ernsthaftes Gespräch unter Gleichwertigen. Vor allem aber: Geht es der Welt wirklich schlechter, wie Hillman und Ventura glauben? Und ist daran wirklich die Psychotherapie Schuld?

Ein Blick auf die Welt kann sowohl beunruhigen als auch beruhigen, je nach Stimmung und Blickwinkel. Ist das Glas halb voll oder halb leer? Für Pessimismus ist Anlass, ebenso für Optimismus. Die Demokratie hat sich seit 1945 in vielen Staaten als Staatsform etabliert, in den westlichen Staaten ist der Lebensstandard enorm gestiegen und die Umweltsituation hat sich spürbar verbessert. In den vergangenen Jahrzehnten sind die Flüsse wieder sauberer geworden und die Autos stinken weniger, die Lebenserwartung steigt weiter. War früher alles besser? Und wann war das genau? Ging es den Menschen besser, als sie in feudale und religiöse Korsetts

eingeklemmt waren, im Schlamm wateten und die Frau als zweitklassig galt? Es lassen sich gute Gründe dafür anführen, dass sich die Menschheit im Fortschritt befindet, genauso wie dafür, dass die Schwierigkeiten zunehmen. Aber was hat die Tiefenpsychologie damit zu schaffen?

Die beiden Autoren unterscheiden nicht zwischen den vielen Therapiearten und den unwissenschaftlichen Seelenbeglückungsangeboten, zu denen man mit einigem Recht auch die Analytische Therapie Jungs zählen kann. Der Psychotherapie wird seit den Tagen der westdeutschen Außerparlamentarischen Opposition (APO) vorgeworfen, sie passe an „die Gesellschaft“ an, aber das ist nur die Hälfte der Wahrheit. Wenn sich das Individuum ändert, werden sich auch die Menschen im Umfeld ein wenig ändern müssen. Systemische Therapie, Familientherapie und Gruppentherapie weisen über den engen individualistischen Ansatz seit jeher hinaus. Psychoanalyse und Neopsychoanalyse kennen wichtige Vertreter, die Gesellschaftskritik betreiben. Stimmt es, dass sich die Psychotherapie im Großen und Ganzen von der Freud'schen Kulturkritik verabschiedet hat und der Gesellschaft affirmativ, vielleicht sogar desinteressiert gegenübersteht? Die vielen Aufsätze und Kongresse zu gesellschaftlichen und politischen Themen und Konflikten sprechen dagegen. Richtig scheint aber auch, dass heutige Psychotherapeuten die Menschen ohne Kulturanalyse heilen wollen. Aber hat Kultur- und Gesellschaftskritik überhaupt Platz in einer Psychotherapie, die sich immer noch zuvörderst dem Individuum zuwendet? Die nicht-pathologische Seite der tiefenpsychologischen Methode heißt Selbstrespekt, Selbstachtung und Ehrfurcht vor sich selbst. Das ist etwas Stärkeres, Tieferes und Produktiveres als nur selbstgefällige Anpassung.

Die charismatischen Schulengründer haben in ihren beschwingtesten Momenten behauptet, die Welt sei zu retten, würden nur alle ihren Einsichten folgen. Einige Jahrzeh-

te Erfahrung lehren, dass die Veränderungsmöglichkeiten von Individuen und von Menschenmassen erschütternd begrenzt sind. Wenn die Welt wirklich im Niedergang begriffen ist, was durchaus nicht gewiss ist, so hat „die“ Psychotherapie keinen allzu großen Anteil daran.

### **Romantik, Aufklärung und Moderne**

Alle Schulen der Tiefenpsychologie suchen den Schlüssel zur Kenntnis der Psyche im unbewussten Seelenleben, und sie bemühen sich alle um die Behebung von beeinträchtigenden Fehleinstellungen des Empfindens und Verhaltens. Die Aufklärung versprach Autonomie durch Befreiung von irrationalen äußeren Autoritäten und durch den Einsatz und Ausbau universeller Vernunft. In der Psychoanalyse wurde Autonomie zu etwas Persönlichem und Psychischem, indem Kenntnisse über innerpsychische Motive und Konflikte erlangt werden. Die Schulen verstehen unter Aufklärung Verschiedenes. Psychoanalyse und Individualpsychologie glaubten, die schiere Kenntnis bestimmter Informationen werde die Einsicht aktivieren und das Ruder des Lebensschiffchens herumreißen. Wer sich nur der jeweiligen Therapie-richtung anvertraue, könne einen vollständigen Umbau seiner Person bewerkstelligen. Ein jeder könne alles aus sich machen, wenn er nur wolle. Im Umkehrschluss bedeutete das: Die, die es nicht schafften, wollten nicht wirklich. Wenn es nur so einfach wäre.

Ein kluger Mensch denkt über sich nach, weiß über sich in psychologischen Kategorien zu sprechen und kann sich entsprechend mitteilen. Ein Nachteil davon ist, dass Abstand und Sprachlosigkeit zwischen den psychologisch Geschulten und den Nicht-Geschulten entstehen. Beide Gruppen bleiben dann lieber unter sich. Introspektion ist unserer Elterngeneration fremd geblieben. Jene, die sich auf den Weg machten, entfremdeten sich oftmals ihrer ursprünglichen Milieus. Die von Entwicklung Begeisterten vergessen zu leicht die Schmerzhaftigkeit des

Abkopplungsprozesses. Nicht alle sind dazu bereit.

Nicht alle sind glücklich mit diesem Psychologisierungprozess. Der amerikanische Soziologe Richard Sennett beklagte die „Tyrannei der Intimität“, eine zunehmende Beschäftigung der Menschen mit sich selbst und die Verwandlung von politischen Phänomenen in psychologische Kategorien. Schon in den 1920er Jahren warnte der Soziologe Helmuth Plessner vor Gruppen, die eine unbedingte gegenseitige Offenheit verlangen, welche die Integrität des Individuums beschädige. Die relativ anonyme Öffentlichkeit biete Schutz vor Gruppendruck und Gruppenzwang. Die Trennung in private und öffentliche Sphäre werde durch den Zwang zur Selbstäußerung aufgelöst, schreibt Sennett 50 Jahre später. Das Private werde psychologisierend ans Licht der Öffentlichkeit gezerrt. Wo bleibt die Intimsphäre?

Das große Freud-Thema Sexualität: Sind wir wirklich aufgeklärter? Gibt es mehr oder weniger Sex als früher und wird Sex heute mehr genossen als früher? Bücher über die Behandlung sexueller Störungen suggerieren eine bestimmte Norm von Sexualverhalten und –häufigkeit. Der gleichzeitige, vollumfängliche, „ozeanische“ Orgasmus wurde der Standard, meist verbunden mit dem nutzlosen Hinweis, niemand brauche sich zu schämen, wenn man diese Norm nicht erfülle. Gemessen am Sexualverhalten vor 100 Jahren kann Sexualität heute sicherlich mehr genossen werden, der Umgang mit ihr ist offener und freizügiger, wobei die befreiende Veränderung beim weiblichen Geschlecht definitiv größer ist als beim männlichen. Aber was hat mehr dazu beigetragen: Freuds Sexuaufklärung, die Anti-Baby-Pille oder die generelle Aufwertung der Frau in der Demokratie?

Die Ausgangslage um 1900 war für Frauen wesentlich erdrückender als für Männer. Vermutlich wurden Frauen in westlichen

Ländern niemals so systematisch entmündigt wie in der Hochzeit des Bürgertums. Die Doppelmoral – für Frauen nur Sex in der Ehe, für Männer die Möglichkeit der Abreaktion bei Prostituierten – ist heute kaum noch vorstellbar. Prostitution wird nicht mehr unbedingt als anstößig erlebt. Die unschönen Seiten der liberalisierten Sexualität sind Sextourismus, sexualisierte Werbung und Sexualisierung des Alltags.

Die Tiefenpsychologie verspricht Hilfe auf dem Weg zu einem authentischeren Selbst und zu mehr individueller Autonomie. Die Hilfe aber ist ein Danaer-Geschenk. Autonom ist ein Individuum, wenn es ein Leben nach seiner eigenen Vorstellung führt, für dieses Leben Verantwortung übernimmt und es als lebenswert betrachtet. Autonomie heißt, selbst zu denken und zu entscheiden, wie man sein Leben gestalten möchte. Die Moderne wie auch die Psychoanalyse erlaubten es erstmals, dass sich wesentlich mehr Menschen daran beteiligen konnten, als jemals zuvor. Die Psychoanalyse berücksichtigte die Schwierigkeit der Autonomieentwicklung mit Begriffen wie Ambivalenz, Abwehr, Konflikt und dem Unbehagen in der Kultur. Für die Zwänge, denen selbst ein autonomes Subjekt in der Gesellschaft ausgesetzt ist, hatten weder Adler noch Jung ein sonderliches Gespür.

Tiefenpsychologie ist ein typisches Kind der Moderne. „Die Moderne“ ist schwer zu definieren: Peter Gay schlug 1995 vor, sie an zwei Eigenschaften zu messen, dem wütenden Kampf gegen Konventionen, Traditionen, Philister und etablierte Meinungen, und der Bereitschaft zur radikalen Subjektivität. Die Gründerväter und viele ihrer Nachfolger zeugen davon. Porträts ihrer inspirierten Schöpfer legen nahe, dass wahre Originalität niemals kollektiv ist. Sigmund Freud wählte sich in einem langen, schließlich siegreichen Kampf mit dem Lager der Konformen. Die Gründungsphase der Tiefenpsychologie ist geprägt auch von scharfen Konkurrenzorien-

tierten Kämpfen um Priorität in Entdeckung und Erkenntnis.

Die Wurzeln der Tiefenpsychologie liegen seltsamerweise in der Romantik wie in der Aufklärung gleichermaßen. Von der Romantik übernahm sie die Bewunderung für die irrationalen Seiten des Menschen, für sein Unbewusstes und seine verblüffende Lebenskraft. Von Kant übernahm sie die Definition der Aufklärung als Zustand, in dem der wirklich mündige Erwachsene jegliche unreife Abhängigkeit abgestreift hat. Der ödipale Triumph liegt darin, die väterliche Führung überflüssig zu machen und die eigene schöpferische Energie auf eigene Faust auszuprobieren.

Jedenfalls ist die erste Bedingung für aufgeklärte Freiheit die möglichst umfängliche Kenntnis seiner selbst. Die Selbsterkenntnis dient nur sich selbst – nicht dem Mammon, nicht Gott, nicht der Nation, nicht dem bürgerlichen Rationalismus und auch nicht dem moralischen Fortschritt. Das ist nämlich tatsächlich eine Frage, ob die Wissenschaft von der Tiefenpsychologie zum moralischen Fortschritt beiträgt. Adler jedenfalls war davon überzeugt, dass seine Individualpsychologie, welche das Gemeinschaftsgefühl predigte, zum ethischen Leitstern für alle werden könnte. Adler erteilte wie kein anderer Tiefenpsychologe Lektionen.

Tiefenpsychologie ist unentschieden zwischen Geistes- und Naturwissenschaft und zwischen Romantik und Aufklärung angesiedelt. Ambivalenz durchzieht ihre Geschichte. Sie entidealisiert den Menschen, indem sie seine Schwächen schonungslos entlarvt, und sie verspricht zugleich eine Höherentwicklung und Vervollkommnung oder doch zumindest eine Ausweitung von Lebenslust und Lebenskraft. Sie zeigt die Hässlichkeit und den Wahn, und sie öffnet zugleich den Blick für Einmaligkeit und Würde. Der Mensch – der alte Adam und die alte Eva – bleibt immer derselbe und ist immer ein anderer, nie auf eine Formel zu bringen.

## Psychologisierung der Welt

Tiefenpsychologie hat die Welt erheblich psychologisiert. Dieser Wissenschaftszweig ist unentbehrlich geworden nicht nur für Psychotherapeuten, sondern für alle, die in irgendeiner Weise mit Menschen, mit Menschenbeurteilung und Menschenführung zu tun haben – als Erzieher, Arzt, Seelsorger, Jugend- und Strafrichter oder Sozialarbeiter. Hunderttausende absolvierten eine mehr oder minder lange, mehr oder minder erfolgreiche Psychotherapie, noch mehr Menschen ließen sich beraten oder nahmen sonst wie Hilfe von Professionellen in Anspruch, die in ihrer Ausbildung immer auch Kurse in Psychologie besuchten.

In Kreisen, die sich der Tiefenpsychologie zuwenden, herrscht eine potenzielle Offenheit und Selbstehrlichkeit, die noch vor wenigen Jahrzehnten undenkbar gewesen wäre. Etwa ausgehend von der Frauenbewegung der 1960er und 1970er Jahre dürfen auch Männer Empfindsamkeit und Einfühlung zeigen (ob die Frauen das schätzen, ist eine andere Frage). Viele haben gelernt, ehrliche Ich-Botschaften auszusenden, schneller und genauer zu erkennen und zu sagen, was sie wünschen. Vernunft und Ehrlichkeit stehen hoch im Kurs, die Erwartungen an ein Gespräch unter Freunden sind gestiegen.

Im Zuge der Studentenbewegung ab 1968 erlebten nicht nur Freud, Wilhelm Reich und Karl Marx eine Renaissance, sondern – wenn auch schwächer – Alfred Adler und seine Individualpsychologie. Die Studenten schätzten an Adler, dass er sich gegen die abstruse sexuelle Mythologie Freuds stellte und einen wesentlich freundlicheren und realistischeren Zugang zum Menschen anbot. Bei aller Fragwürdigkeit hat die Psychoanalyse in der Neuzeit jedoch einen wesentlich größeren gesellschaftlichen und kulturellen Einfluss, namentlich auf die Protestbewegung der 60er Jahre, der feministischen und der homosexuellen Bewegung der 70er Jahre sowie auf die Debatten um Kunst und um die Entstehung von Kultur.

Vom Minderwertigkeitsgefühl bis zur Verdrängung sind der gebildeten Bevölkerung Begriffe geläufig, die ursprünglich aus der Tiefenpsychologie stammen. Seit Wilhelm Wundt und Sigmund Freud hat es eine enorme Erweiterung des Wissens über menschliches Denken, Fühlen und Handeln gegeben. Wie nicht anders zu erwarten, wurde dieses Wissen popularisiert. Die Medien und die Stammtischgespräche sind voll von Küchenpsychologie, das ist die Vulgarisierung von komplizierten psychologischen Theorien. Jeder vermutet nun hinter Handlungen und Gedanken entgegenstehende unbewusste Motive, nichts kann mehr für sich genommen werden. Auf die Spitze getrieben beruht die Deutung unbewusster Motive selbst wieder auf unbewussten Motiven, die Aufdeckung von Rationalisierungen und Abwehr ist selbst wieder eine Rationalisierung und Abwehr. Frauenmagazine und Talkshows liefern das Vokabular, um über das eigene Seelenleben und das der Anderen scheinbar kompetent zu reden.

Psychologie hilft bei der Wiedereingliederung und der Anpassung. In Schulen, Armeen, Sozialeinrichtungen und Gefängnissen kümmert man sich um die Aufrichtung der Gestrauchelten, um die Stärkung der Schwachen, die Ermutigung der Resignierten und um die Dämpfung der Aggressiven. Der staatliche Zwang konnte durch bessere Diagnosen und Prognosen gelockert werden, die Bürokratie hat ein Herz für die Benachteiligten und wirkt insgesamt hilfreich. Es gibt mehr Paternalismus und weniger Strafen, weil das Verständnis wuchs. Psychologen helfen, nicht nur geeignete Menschen für Berufe zu finden, sondern auch jene mit dem größtmöglichen Willen zur Anstrengung.

Alfred Adler, Michael Balint, Margret Mahler, Otto Kernberg, Heinz Kohut, Daniel Stern, John Bowlby und viele andere wiesen auf ganz unterschiedliche Art auf die schlechten Folgen der Unterdrückung der kindlichen Lebendigkeit hin. Sie förderten die Achtung

vor dem Kind, forderten Respekt für seine Rechte und Toleranz für seine Eigenarten. Die Mutter-Kind-Beobachtung und das Babywatching gehen weit über die noch unzulänglichen Arbeiten der Gründerväter hinaus. In der psychologischen Pädagogik winkt eine bessere, freiere, mutigere Menschheit. Das Postulat des kindlichen Determinismus wurde überwunden, zugleich die Grenzen der Erziehung aufgezeigt. Auf der anderen Seite steht die ängstliche Bestrebung vieler Eltern, alles richtig zu machen. Das Missraten der Kinder wird den Eltern angelastet; sie hätten es besser wissen können. Doch die vielen Ratgeberbücher, die die wechselnden wissenschaftlichen Befunde oft verkürzt unters Volk bringen, tragen eher zur tiefgreifenden Verwirrung denn zu einer Beruhigung bei. Eine gute Bindung bedeutet viel, aber nicht alles. Ebenso wirken Milieu, Peergroup, Lehrer und weitere Bezugspersonen auf die Charakterbildung ein. Es ist hilfreich, gebildete und wohlhabende Eltern zu haben. In der Auswahl seiner Erzeuger kann man nicht vorsichtig genug sein. Es gibt genügend Gründe dafür, mit Sorgfalt die kindliche Entwicklung zu begleiten, dennoch sind schlechte frühe Erfahrungen revidierbar.

Der Psychoboom oder Psychozirkus wurde Teil der Alltagskultur jener Bevölkerungsgruppe, die in den USA *Wuppies* genannt werden, der *White Urban Protestant Professionals*. Je nach Zählung kommt man auf über 300 bis 600 unterscheidbare Therapierichtungen. Sie vermischen sich mit einer unüberschaubaren Anzahl esoterischer Erleuchtungsangebote. Immer neue Kombinationen werden erdacht, deren Entstehung und Wachstum vorhersehbarer Abläufen folgen: Ein charismatischer Therapeut nimmt sich zwei psychische Einzelaspekte, mixt sie zusammen, gründet ein Institut, benennt es nach seinem zusammengewürfeltem Kompositum, bildet nach seiner Methode aus, die Anhänger schwärmen aus, gründen weitere Institute, die zu einer nationalen, dann kon-

tinentalen und – sofern die Kraft reicht – internationalen Organisation anwachsen. Nach anfänglich euphorischen Berichten folgt die Ernüchterung: auch diese Leute kochen nur mit Wasser. Einen höheren Grad an Interesse können die allermeisten Neugründungen und Erfindungen nicht für sich in Anspruch nehmen.

Krankheit oder Störung ist in den Fällen, in denen Krankenkassen zahlen, nicht in jedem Fall Bedingung für eine Therapie. Befindlichkeitsstörungen mit diffusem Ursprung und ebensolchem Unwohlsein nehmen zu. Es kamen und gingen Wellen des sexuellen Missbrauchs, der Posttraumatischen Belastungsstörung, der Fibromyalgie, des Mobbing, des Hyperaktivitäts- und des Aufmerksamkeitsdefizitsyndroms über die aufgeklärte Gesellschaft und die Therapeuten hinweg. Die Angebote der Psychoszene reagieren auf die Verunsicherungen und Belastungen, die Vereinzelung, Individualisierung, Frauenemanzipation und globalisierte Arbeitsverdichtung hervorrufen. Mit einer gestiegenen Erwartung an die Selbstverantwortung bietet der Psychomarkt einen Rahmen für die Suche nach dem wahren Selbst. Seriöse Psychotherapien suchen nach individuellen Antworten, während die New-Age-Gurus das bedürftige Publikum mit Allerweltsweisheiten abspeisen.

### Zurichtung der Welt

Mehr noch als die Tiefenpsychologie hat auf diesem Feld der Behaviorismus und eine Verhaltenspsychologie ohne Unbewusstes (und ohne Selbstkepsis) gesündigt. James Hillman und Michael Ventura hätten besser die plumpen Konditionierungsmethoden der frühen Verhaltenspsychologie geißeln sollen. In seiner Anfangsphase war der Behaviorismus das krasse Gegenteil der Psychoanalyse. Wenn man Angst induzieren kann, kann man sie auch wieder wegtrainieren. Wie die frühen Tiefenpsychologen glaubte auch John Watson (1878–1958) an die unbegrenzte Macht seiner behavioristischen Erziehungs-

methode. „Gebt mir ein Dutzend gesunder Kinder“, verkündete er 1930, „und ich werde irgendeinen von ihnen zu irgendeinem Spezialisten machen“, sei es Arzt oder Dieb. Watson machte aufgrund einer Dummheit keine Universitätskarriere – er verließ seine Frau wegen einer Studentin, damals eine Sünde – und ging in die Werbebranche. Von diesen Psychologen erwartete die Industrie eine Verbraucheranpassung und –steuerung und für die Mitarbeiter deren effiziente Leistungsausbeutung.

Wie alles menschliche Tun kann auch die Psychologie und das Psychologisieren entarten – und sie tat es. Im 19. Jahrhundert halfen Psychologen, die Unterlegenheit von Frauen und fremden Rassen wissenschaftlich zu begründen. Sie postulierten eine erbliche Neigung zum Alkoholismus und zur Prostitution, was später widerlegt und heute wieder halb anerkannt ist. Im Ersten Weltkrieg waren Psychiater die „Maschinengewehre hinter der Front“, die mit folterartigen Methoden traumatisierte Soldaten in den Krieg zurückscheuchten. In den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts hielt nicht nur Freud die Frauen für konstitutionell minderwertiger als die Männer, und Adler hielt eigenbrötlerische Neurotiker für moralisch minderwertiger als die gesunden Angepassten. Adler, der als Militärpsychiater arbeitete, verurteilte „Kriegszitterer“ als Feiglinge, die einer (potenziell tödlichen) „Niederlage“ ausweichen wollen und sich nach der Sicherheit eines ruhigen Heims sehnen. Zeitgeistabhängig waren Theorien vom Penisneid der Mädchen, vom vaginalen Orgasmus der Frauen, von den Sexualwünschen der Kleinkinder und von der frühen Kindheit als determinierender Faktor für das ganze weitere Leben. Jung und Künkel verstiegen sich zur Behauptung, es gebe ein „arisches Unbewusstes“. Sie und einige andere machten sich um eine „deutsche Seelenheilkunde“ Sorgen. Die Organisations- und Betriebspsychologie wird dazu missbraucht, die Ressource Mensch möglichst durchgreifend auszuschlachten. Es werden Psychologen

eingestellt, um die auch mit Hilfe von psychologischem Wissen antrainierten Masken von Stellenbewerbern zu durchschauen. In anderen Zusammenhängen bemüht sich die Arbeits- und Organisationspsychologie um Arbeitszufriedenheit und die Verbesserung des Betriebsklimas. Psychologie und Tiefenpsychologie haben ihre Irrtümer ebenso durchgemacht wie alle anderen Wissenschaften auch.

Bei Sigmund Freud ist sich das Publikum nicht einig, ob es sich um einen Revolutionär oder einen Scharlatan handelt. Freud war der erste, der Hysterikerinnen und Neurotiker ernst nahm. Einige sind noch heute entzückt, dass Freud die Triebe als letztlich nicht domestizierbar ansah, eine letzte Quelle von Eigensinn, der sich nicht vermarkten und lenken lässt. Glück, schrieb Freud im *Unbehagen in der Kultur* (1930), sei im menschlichen Lebensplan nicht vorgesehen, die Neurose sei unvermeidlich. Freud und seine treuen Anhänger sind fast die einzigen, die sich in ihrem Pessimismus, was die menschlichen Entwicklungsmöglichkeiten angeht, nicht von der Leistungs- und Spaßgesellschaft vereinnahmen und instrumentalisieren lassen. Sie ragen wie einsame Felsen aus dem Meer einer amerikanisch dominierten Optimierungspsychologie. Viele vor allem amerikanisch geprägte Psychologen glauben, Menschen- und Selbsterkenntnis ausschließlich mit Glücks- und Erfolgsversprechen verkaufen zu können. Selbst die letzte Neurose wird noch umfunktioniert zu einem Entwicklungspotenzial, welches, nur richtig genutzt, einen Schub nach vorn in Beruf, Partnerschaft und Familie garantiert und die Chancen auf dem Heiratsmarkt erhöhe.

Die Grenzen zwischen seriöser Therapie, Beratung, Geistheilung, Erleuchtung, Spiritualismus, Sinnsuche, Lebenshilfe, Menschenkenntnis, Sensitivity-Training, Prävention, Encounter, Seelsorge, Erziehung und Entertainment verschwimmen. Selbst einige staatlich approbierte Psychotherapeuten erwei-

tern ihr Hilfsangebot um den Verkauf sündhaft teurer Matratzen, die „Erdstrahlen“ abhalten, um Astrologie, Klangschalenthherapie oder Ganzkörpermassagen. Auch in den einigermaßen seriösen Therapien geht es um Menschenbilder und mitunter noch um Glaubensdogmen, eifersüchtige Abgrenzungen und unrealistische Heilungsversprechen. Die Standesorganisationen haben noch kein Mittel dagegen gefunden, und das Publikum verlangt keine Klarheit.

## Ausstrahlungen

Tiefenpsychologie strahlt auf viele Gebiete aus: in der *Medizin* als Psychosomatik und in den verschiedensten Psychotherapieformen, die in Kliniken angewandt werden. In der allgemeinen Psychologie ist die Tiefenpsychologie ein Gegengewicht gegen eine oft simplifizierende, nicht der Buntheit des wirklichen Lebens entsprechende, experimentelle Haltung, die bei ihrer hoch entwickelten Statistik und Mathematik oft vergisst, dass die Daten, die in die Maschine eingegeben werden, einerseits oft banal, andererseits meistens nicht die Lebenswelt der Patienten trifft oder abbildet. Die Psychosomatik ist zu einem eigenen Forschungs- und Lehrgebiet geworden, die unterschiedliche Moden und einige unhaltbare Prämissen durchlief, bis sie jetzt langsam Fuß fasst bei Ärzten, die die Existenz eines komplexen Zusammenspiels von Bios und Psyche anerkennen.

Das Wechselspiel von Medizin und Tiefenpsychologie ist allerdings verwickelt. Viele Tiefenpsychologen begannen als Ärzte, Psychiater oder Neurologen, um sich dann von der wissenschaftlichen Medizin abzuwenden und sich ihren Beobachtungen am Menschen, dem Errichten eines Theoriegebäudes und der Spekulation hinzugeben. Tiefenpsychologen und Therapeuten versuchten, in den Schoß der akademischen Medizin zurückzukehren, was ihnen oftmals verwehrt wurde bzw. was auf den heftigen Wider-



stand der offiziellen Psychiatrie stieß. Einige Klinik-Psychiater wie Bleuler und Jung in Zürich waren erpicht, psychoanalytische Erkenntnisse in ihrem Bereich anzuwenden, aber die Zahl aufgeschlossener Mediziner blieb gering. Die Gründer von Schulen hatten zudem grundsätzlich nicht die Absicht, sich in den breiten Strom der Psychologie einzuordnen, während Pierre Janet nie die Absicht hatte, eine Schule zu gründen, und erwartete, dass seine Lehren die Disziplin der Psychologie befruchten würden.

In der *Pädagogik* stammen viele Neuentwicklungen und Erkenntnisse aus dem Wissensgebiet der Tiefenpsychologie, indem die Motive und die Erlebniswelt der Kinder sowie ihr Eigencharakter respektiert und berücksichtigt werden. In der Sozialarbeit, insbesondere in den USA, werden die Mitarbeiter tiefenpsychologisch geschult, um besser auf ihre Klienten eingehen zu können und den Unterstützungserfolg zu erhöhen. Nach dem Ersten Weltkrieg spielte die Individualpsychologie eine zentrale Rolle im Schulsystem und in der Pädagogik des von Sozialdemokraten regierten Wiens, sie wurde Anregerin und Vorbild für Pädagogen aus der ganzen westlichen Welt. Sie leistete damit einen entscheidenden Beitrag, das Schulsystem aus den Fängen einer autoritären, militärischen Erziehung zu befreien. Nach vielversprechenden Anfängen vor dem Ersten Weltkrieg entfalteten Adler und seine Mitarbeiter nach Ende des Krieges eine enorme Wirkung in den deutsch- und englischsprachigen Ländern über den Bereich einer neuen demokratischen Erziehung hinaus, indem sie neue Konzepte für das Selbstverständnis von Ärzten, für die Wiedereingliederung delinquenten Jugendlicher und für ein optimistisches Selbstbewusstsein in den westlichen Wohlfahrtsgesellschaften bereitstellten.

In den *Strafrechtsprozessen* wird kaum noch ohne psychologische Gutachter gearbeitet, die die Willensfreiheit, die Selbststeuerungsfähigkeit und die Motive des Angeklagten

untersuchen und diese Ergebnisse dem Gericht als Material für ein Urteil zur Verfügung stellen. Die Tiefenpsychologie hat auch zu mehr Verständnis für die Täterseite beigetragen. Zumindest im Gerichtssaal selbst ist das Bemühen um Einfühlung in Opfer wie Täter gestiegen. Das Verständnis für die Täter scheint manchmal etwas zu ausgeprägt, aber dieser Prozess wird sich auf Dauer einpegeln und die Gefühlslage der Opfer mehr berücksichtigen, für die zunehmend mehr Hilfsangebote bereitstehen.

Die enge Beziehung von *Literaten* zur Psychoanalyse begann zwischen 1900 und 1910, als sich Schriftsteller an den neuen Erkenntnissen Freuds interessiert zeigten. Das kann nicht weiter erstaunen, da die Aufmerksamkeit der Schriftsteller oftmals den verborgenen Bereichen der menschlichen Seele gilt. Die Berührung der Literatur mit der Psychoanalyse rief unter Schriftstellern gleichermaßen enthusiastische Befürwortung als auch vehemente Ablehnung hervor. Einerseits begrüßten Schriftsteller den von der Psychoanalyse ausgehenden Einfluss auf die Literatur. Andere Schriftsteller reagierten mit Aversion auf die Spekulationen der Psychoanalyse oder auf psychoanalysierende Schriftstellerkollegen. Sie wehrten sich gegen Behauptungen von Psychoanalytikern, sich in den Tiefen einer Dichterseele besser auszukennen als diese selbst. Auch die Zurückführung literarischer Kunstwerke auf tiefe unbewusste Quellen der Inspiration oder auf eine ausgeprägte Neurose des Poeten löste heftige Abneigung bei Schriftstellern aus. Der Satiriker Karl Kraus (1874–1936) wird oft als erbitterter Gegner der Psychoanalyse zitiert. Aber Kraus, Herausgeber der berühmten *Fackel*, begrüßte und förderte zunächst die Psychoanalyse, durchlief eine Phase der Ambivalenz, um später zu einem bissigen Gegner zu werden. „Psychoanalyse ist jene Geisteskrankheit, für deren Therapie sie sich hält“, lautet die polemische Definition, mit der Karl Kraus 1913 seine entschiedene Abneigung gegen Freuds Lebenswerk zum Ausdruck brachte.

Doch groß ist die Zahl jener Autoren, die von sich aus tiefenpsychologisch dachten oder von der Psychoanalyse auf diesen Weg gebracht wurden. Zur ersten Gruppe gehören William Shakespeare, Johann Wolfgang Goethe, Jean Paul, Heinrich Heine, Johann Nepomuk Nestroy, Laurence Sterne (*Tristram Shandy*), Émile Zola, E.T.A Hoffmann, August Strindberg, Arthur Schnitzler, Gottfried Keller (*Der grüne Heinrich, Die Leute von Seldwyla*), Stephan Zweig, Thomas Mann und viele andere. Hermann Hesse baute die geistigen Abenteuer des Helden „Sinclair“ in seinem Roman *Demian* (1919) nach dem Muster einer Jung'schen Therapie auf: Geständnis des pathogenen Geheimnisses, Annahme des Schattens, Konfrontation mit der Anima, dem Alten Weisen und dem Selbst. In einem Roman von Edmond de Goncourt (1873) hat eine unglückliche Frau so viele Leiden auszustehen, dass sie sich in eine schwere Psychose flüchtet. George Cheyne gab eine klassische Beschreibung seiner Hypochondrie (1735), Bénédic-Augustin Morel seiner Phobie (1866). Ivan Pawlow verfasste einen Bericht über seine Herzneurose.

Die zweite Gruppe, die nach Freud in die Seelenabgründe des Menschen blickte, ist vielleicht noch größer. Nur um eine Idee zu vermitteln seien genannt: Saul Bellow, Umberto Eco, Thomas Pynchon, Don DeLillo etc. In der Literatur ist das Publikum auf durchpsychologisierte Plots eingerichtet; nicht wenige Romane oder Krimis spielen im psychoanalytischen Milieu. Die Faszination der Psychoanalyse als geheimnisvoller Ort seltsamer Rituale scheint anziehend zu sein (Batyá Gur: *Denn am Sabbat sollst Du ruhen*, 2001). Wie die Vertreter der Tiefenpsychologie verlassen sich Künstler und der Schriftsteller auf ihre spezifischen Talente und Empfindungsfähigkeiten. Viele Seelenforscher wurden mit ihrer eigenen Neurose oder mit neurotischen Elementen ihrer Persönlichkeit konfrontiert und verwendeten

dieses Material für Fallgeschichten. Es gibt in der Literatur allerdings auch das Gegenteil, die Lakonie der amerikanischen Short Story, die ganz an der Oberfläche bleibt und ihre Spannung aus der Handlung bezieht.

Die Psychologie und Tiefenpsychologie ist auch in der *Nationalökonomie* und der Börse angekommen. Irrationale Erwartungen spielen bei wirtschaftlichen Entscheidungen keine geringe Rolle. Die Tiefenpsychologie soll diesen Einfluss erkennen und verringern. In den Betrieben, beim Management, in der Mitarbeiteroptimierung und der Bewerberauswahl hilft psychologisches Wissen den Entscheidungsträgern, aber auch die Bewerber rüsten psychologisch auf. Dies ist eine Entwicklung, die die Gründerväter der Tiefenpsychologie sicher nicht beglückt hätte.

Die *Geschichtswissenschaft* hat sich seit einigen Jahrzehnten der Geschichte des Alltags und den einfachen Menschen zugewandt. Von Anfang an waren Tiefenpsychologen an der Mythologie und der Völkerkunde interessiert, die stark von Märchen, Mythen und Tabus durchzogen sind. Auch die moderne Seelsorge bedient sich tiefenpsychologischer Konzepte und Techniken.

## Philosophie und Ethik

Die Beziehungen zwischen *Philosophie* und Tiefenpsychologie sind vielfältig und oft verschlungen. Sigmund Freud lehnte bekanntlich die Philosophie wegen ihres Hangs zur Spekulation ab, nur um selbst einem hemmungslosen Spekulieren zu frönen. Freud wie die meisten seiner tiefenpsychologischen Nachfolger zogen Philosophen so weit heran, als sie in ihnen psychologische Aspekte entdecken zu können glaubten. Die Tiefenpsychologie unterliegt grundsätzlich dem philosophischen Bestätigungsfehler (*confirmation bias*), indem sie eklektizistisch aus der Philosophie und anderen Disziplinen das herauszog, was ihre eigene Meinung bestätigte. Das logische Denken und das

logische Schlussfolgern gehörten in der Regel nicht dazu. Die Neigung zu Verabsolutierungen muss jeden Philosophen auf Abstand halten. Eine weitere Neigung der Tiefenpsychologen hat ihnen in anderen Wissenschaftsbereichen keinen guten Ruf eingetragen, nämlich den Hang zum Pathologisieren. Kants Formulierung des Kategorischen Imperativs aus dessen autoritärer frühkindlicher Erziehung und seiner preußischer Haltung abzuleiten, kann einen Philosophen nicht befriedigen. Umgekehrt könnte die Tiefenpsychologie von einigen philosophischen Teildisziplinen enorm profitieren, vor allem der Logik. Adler hätte dann erkennen können, dass es offenkundig keinen Sinn hat, angeblich grundsätzlich neurotischen Müttern die Kindererziehung zu überlassen.

Ein Zentralgebiet der Philosophie ist die *Ethik*. Gerade die Ethik scheint von tiefenpsychologischen Erkenntnissen profitieren zu können. Damit ist nicht gemeint, „die Neurotiker“ als minderwertig zu stempeln. Die Gemeinsamkeiten bestehen vielmehr in der Hermeneutik, der Sprache und dem Symbol als Erkenntnisinstrumente, wobei Heidegger und Freud der Vorwurf gemacht wurde, sie würden sich auf eine eigene Privatsprache zurückziehen und so das allen Menschen Gemeinsame und Verständliche verdunkeln. Gleichwohl gilt, dass jeder intelligente Mensch ein gewisses Maß von philosophischer Besinnung braucht, um sich in der Vielfalt des Lebens und der Gesellschaft orientieren zu können. Tiefenpsychologie wie Philosophie sollen den Menschen über die unmittelbaren Bedingungen seiner Gesundheit und der Entfaltung seines Glücks informieren. Tiefenpsychologie und Philosophie treffen sich im Begriff der Psychohygiene. Dazu haben sie eine Fülle von Anstößen gegeben.

### Konvergenz der Schulen

Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie gehen aufeinander zu. Verhältnistherapeuten sträuben sich schon lange nicht mehr

gegen die Annahme eines wirksamen Unbewussten, und Tiefenpsychologen sehen und anerkennen die lerntheoretischen Aspekte ihrer Arbeit. Es gibt in Deutschland Überlegungen, allen zukünftigen Therapeuten eine gemeinsame Basisausbildung angedeihen zu lassen, um darauf eine Spezialisierung in eine der (derzeit drei) zugelassenen Hauptrichtungen aufzubauen. Doch schon jetzt bilden sich viele Therapeuten in den diversen zusätzlichen psychologischen Angeboten fort, vor allem in Körpertherapie, Gruppenmethoden, Psychodrama, Familientherapie, Autogenes Training, Hypnose, Psychoonkologie oder Katathymes Bilderleben (siehe „Überblick über anerkannte psychotherapeutische Methoden im deutschen Sprachraum“ im Anhang). Nicht alles, was dabei gewählt wird, kann als seriös bezeichnet werden.

Offensichtlich besteht eine Tendenz zur Konvergenz (wieder aus den USA nach Europa kommend) zwischen der experimentellen Psychologie und der Tiefenpsychologie. Tiefenpsychologen waren so selbstverständlich davon überzeugt, moniert Robert Heiss, dass die Bewusstseinspsychologie unzulänglich sei, dass sie es nicht der Mühe wert hielten, deren Ergebnisse mit zu verwerten oder sich mit ihr auseinander zu setzen. Aber auch die akademischen Bewusstseinspsychologen hatten Mühe, Freuds ausufernden Verallgemeinerungen und seiner Sexualmystik etwas abzugewinnen. Der Vorwurf mangelnder Wissenschaftlichkeit traf Freud, Adler und Jung gleichermaßen. Es fehlte ihnen an Beobachtungen, d.h. an Empirie, während sie sich im Reich der Spekulation und Deutungen zuhause fühlten.

Über Jahrzehnte vertraten Tiefenpsychologen die Ansicht, dass im Labor unter unwirklichen Bedingungen banale und irrelevante Probleme mit großem Aufwand an Pseudoexaktheit untersucht werden, während den Empirikern der Hang zu unzulässigen Verallgemeinerungen und unbewiesenen Spekulationen bei den Tiefenpsychologen missfiel.

Um den Anspruch an Wissenschaftlichkeit aufrechtzuerhalten, bedarf die Tiefenpsychologie in Maßen auch exakter Methoden. Parallel zum Trend zur Konvergenz in der professionellen Heilkunde läuft in der jüngeren Vergangenheit die bedauerliche Entwicklung, die Tiefenpsychologie zumindest aus deutschsprachigen Universitäten zu verdrängen. Stattdessen wird eine naturwissenschaftlich dominierte Psychologie beispielsweise in Form der Hirnphysiologie bevorzugt. Die Tiefenpsychologie führt nur noch an einigen wenigen Universitäten ein Randdasein.

## Konklusion

Die Tiefenpsychologie entwickelte sich nicht geradlinig und keineswegs einseitig. Sie ist ein Gewächs außerhalb der akademischen Psychologie und stand lange in Opposition zu ihr. Innerlich spaltete sie sich alsbald in verschiedene Schulen auf, die sich gegenseitig bekämpften und jetzt zögernd wieder zusammenfinden. Wenn auch einige Grundansichten gemeinsam blieben, wurden weitgehende Korrekturen an Freud vorgenommen, und im Einzelnen weichen die Schulen voneinander ab. Dieselben Begriffe werden verschieden gebraucht. Damit veränderten sich die einzelnen Schulen und die Tiefenpsychologie insgesamt. Vieles wurde aufgegeben (das Triebkonzept, der Ödipuskomplex, das Minderwertigkeitsgefühl als Allesbeweger, das angeborene Unbewusste, die schizophrenogene Mutter ...), vieles kam hinzu (der Einfluss der Umwelt, die Sozialpsychologie, die Veränderbarkeit der Person in der Zeit, der Einfluss der Gene, das komplexe Wechselspiel von Körper und Seele, die Neurophysiologie, die frühkindliche Entwicklung). Vieles an den Auffassungen der Tiefenpsychologie ist historisch bedingt. Viele Konstrukte wie der Penisneid, der kindliche Autismus und die Frau als verkürzter Mann hielten einer Überprüfung nicht stand und schwächten die Stellung der Psychoanalyse

in der Medizin. Einen weiteren schweren Schlag erhielt die Psychoanalyse als Therapie durch die Entwicklung unendlich viel kosteneffizienterer Medikamente und durch das beharrliche Ignorieren des medizinischen Fortschritts bis etwa in die 1980er Jahre hinein. Und es wurde klar, dass es mehr bedurfte, als gesellschaftliche Phänomene auf eine unbefriedigende Vater- oder Mutterbeziehung zurückzuführen. Der tiefenpsychologische Berufsstand hat das alles überlebt und hält den Glauben an die Einzigartigkeit eines jeden Einzelnen (und die Einzigartigkeit des Analysierens) aufrecht. Jeder Einzelne hat eine innere Welt, die nicht nur unbewusst, sondern oftmals auch unterdrückt ist. Doch es kann kein persönliches Leben ohne Gemeinschaft, Gesellschaft und Geschichte geben. Die Beziehungen zu anderen sind von Erfahrungen und Wünschen durchdrungen, die aus dieser unbewussten Welt stammen. Die Geschlechtswerdung ist ein einmaliger und heikler Prozess. Und es besteht eine möglicherweise unüberbrückbare Kluft zwischen dem innerpsychischen Leben des Individuums und den gesellschaftlichen Normen, welche selbst wiederum auf unreflektierten Mythen beruhen. Gemeinschaft, Gesellschaft und Politik werden nicht nur von bewussten Interessen und reflektierten Notwendigkeiten bewegt, sondern ebenfalls von unbewussten Motiven, Ängsten und unausgesprochenen Erinnerungen. Es bleibt das Bedürfnis vieler Menschen, ihre eigene, unverwechselbare Identität zu verstehen. Nur die Demokratie stellt den liberalen Rahmen zur Verfügung, den Selbstreflexion und Selbstkritik benötigen. Autonomie ist psychische Voraussetzung für demokratische Verhältnisse. Im Zuge der dritten industriellen Revolution droht der Tiefenpsychologie das Schicksal, zu Empowerment und zweckrationaler Problemlösung zu verflachen. Der wahre Reichtum des inneren wie des zwischenmenschlichen Lebens würde damit verloren gehen.

Die Münchner Historikerin Miriam Gebhardt stellte 2002 die These auf: Das Befreiungspotenzial der Psychologie ist genauso groß wie ihr Anpassungs- und Zurichtungspotenzial. Psychologie kann den Menschen helfen, sie ist selbstaufhellend und gesellschaftskritisch. Sie gibt den Menschen ihre Selbstverantwortung zurück und hat einen Nutzen und Mehrwert für jene, die sie anwenden. Sie macht Menschen stark, ihren eigenen Weg zu finden. Psychologie macht insgesamt Hoffnung auf eine bessere Zukunft, aber auf eine wenig sichtbare Art steuert sie auch die Menschen und hält sie an einer langen Leine. Nichts darf dem Zufall überlassen bleiben.

Im Großen und Ganzen hat die Tiefenpsychologie einen erheblichen Anteil an einem kulturellen Fortschritt, der individuelles Ver-

ständnis und gegenseitige Kooperation an die Stelle von repressiven, autoritären und kollektiven Zurichtungen und Vereinnahmungen setzte. Psychologen helfen bei dem, was Freud als die hauptsächliche Eigenschaft der Psychoanalyse ansah: dass aus Es Ich werde, dass aus Unbewusstem Bewusstes werde, dass aus Unglücklichsein Zufriedenheit erwächst. Alle Psychologien bieten die Möglichkeit, in einem verständigen und vernünftigen Maße „Ich“ zu sagen. Das mag einigen als Geschwätzigkeit auf die Nerven gehen, aber sie sind ein Angebot und ein Versuch, dass möglichst viele ein weitgehend bejahenswertes und einigermaßen erfolgreiches Leben führen können.

# Anhang



## Kommentierte Literatur

---

Die Liste empfehlenswerter Literatur wurde so kurz als möglich gehalten (sie ist dennoch lang genug). Studenten der Psychologie (wie alle Studierenden) werden von den Dozenten gern mit Literaturempfehlungen zugeschüttet in der irrigen Annahme, die Studierenden müssten alles kennen, was sie, die Dozenten, in Jahrzehnten aufgenommen haben. Bei Studenten stellen sich dann leicht Gefühle der Übersättigung, Verwirrung und des Überdrusses ein. Das versuche ich zu vermeiden.

- Adler, A. (2007a): Studienausgabe Bd. 1: Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912). Hg. von Almuth Bruder-Bezzel. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht). – *Mit der Adler-Studienausgabe (insgesamt sieben Bände) liegt eine sorgfältig editierte und kommentierte Ausgabe seiner wichtigsten Werke vor. In Zukunft wird man Adler aus der Studienausgabe zitieren müssen. Zu Recht nicht mit aufgenommen wurde seine Studie über Minderwertigkeit von Organen (1907). Das Werk gilt zwar als ein Wegbereiter einer psychoanalytischen Psychosomatik, aber es ist schlampig geschrieben und wird heute nur noch aus historischen Gründen zitiert. Adler selbst gab den Gedanken von der Organminderwertigkeit als menschlichem Allesbeweger bald wieder auf.*
- Ders. (2007b): Studienausgabe Bd. 5: Menschenkenntnis (1927a). Hg. von Jürg Ruedi. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht).
- Ders. (2008a): Studienausgabe Bd. 2: Über den nervösen Charakter (1912). Hg. von Karl-Heinz Witte, Almuth Bruder-Bezzel & Rolf Kühn. 2. korrigierte Aufl., Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht).
- Ders. (2008b): Studienausgabe Bd. 6: Der Sinn des Lebens (1933b) und Religion und Individualpsychologie (1933c). Hg. von Reinhard Brunner und Ronald Wiegand. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht).
- Ders. (2009): Studienausgabe Bd. 4: Schriften zur Erziehung und Erziehungsberatung (1913–1937). Hg. von Wilfried Datler, Johannes Gstach und Michael Winger. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht). Antoch, R.F. (1994): Beziehung und seelische Gesundheit. Frankfurt/M. (Fischer-Taschenbuch). – *Eine Weiterentwicklung und Neuinterpretation individualpsychologischer Annahmen auf der Grundlage neuer Erkenntnisse.*
- Appignanesi, L. & Forrester, J. (1994): Die Frauen Sigmund Freuds. Aus dem Englischen von B. Rapp und Uta Szyszkowitz. München, Leipzig (List). Originaltitel: Freud's Women, 1992. – *Eine kluge und ausführliche Darstellung aller wichtigen Frauen-*



*beziehungen Freuds: neben seinen Patientinnen die Ehefrau Martha, seine Tochter Anna, Helene Deutsch, die exzentrische Lou Andreas-Salome und Prinzessin Marie Bonaparte. Auffällig ist, dass Freud Frauen grundsätzlich als neurotisch und infantil einschätzte, diese patriarchale Abwertung aber nicht gegenüber den Genannten an den Tag legte.*

- Bair, D. (2005): C.G. Jung: Eine Biographie. Aus dem Amerikanischen von Michael Müller. München (Albrecht Knaus), – *Vorbildlich präzise, aber reichlich detailverliebt. Als kürzere Alternative bietet sich Paul Stern an.*
- Beauvoir, S. de (1951): Das andere Geschlecht. Übersetzt von Eva Rechel-Mertens und Fritz Montfort, Reinbek bei Hamburg (Rowohlt). Originaltitel: Le Deuxième Sexe. Paris 1949. – *Das Grundlagenwerk zur Stellung der Frau in der Gesellschaft.*
- Boeree, C.G. (2007): Geschichte der Psychologie, URL: <http://www.socialpsychology.de/sp/h1/> (Stand: 22.10.2010). – *Einfache und übersichtliche Internet-Seite.*
- Bruder-Bezzel, A. (1991): Die Geschichte der Individualpsychologie. Frankfurt/M. (Fischer-Tb). – *Mit die beste Einführung, sachlich und informativ.*
- Degen, R. (2000): Lexikon der Psycho-Irrtümer. Warum der Mensch sich nicht therapieren, erziehen und beeinflussen lässt. Frankfurt/M. (Eichborn). – *Ein Generalangriff auf die Psycho-Szene mit bedenkenswerten Argumenten, aber in seiner Radikalität dann doch nicht mehr ganz ernst zu nehmen.*
- Dilthey, W. (1924): Ideen über eine beschreibende und zergliedernde Psychologie. Gesammelte Werke, Band V. – *Dilthey versuchte die Geisteswissenschaften angesichts der enorm erfolgreichen Naturwissenschaften zu retten, indem er eigene geisteswissenschaftliche Erkenntnismethoden postulierte. Die Unterscheidung zwischen Verstehen und Erkennen war aber schon damals nicht plausibel. Das Werk ist nur noch historisch interessant.*
- Elhardt, S. (2005): Tiefenpsychologie. Eine Einführung. 16. Auflage, Stuttgart (Kohlhammer). – *Es ist weitgehend eine affirmative Darstellung der klassisch-orthodoxen Psychoanalyse Freuds, ergänzt um einige neopsychoanalytische Aspekte, wie sie von Harald Schultz-Hencke entwickelt wurden. Über Alfred Adler gibt es nur zwei uninspirierte Seiten, das Kapitel über Carl Gustav Jung ist etwas ausführlicher, aber ebenfalls rein darstellend.*
- Ellenberger, H. (1985): Die Entdeckung des Unbewussten. Geschichte und Entwicklung der dynamischen Psychiatrie von den Anfängen bis zu Janet, Freud, Adler und Jung. Aus dem Amerikanischen von Gudrun Theusner-Stampa. Zürich (Diogenes), – *Ein bis heute unübertroffenes und kluges Buch mit detailreichem Index. Freud, Adler und Jung werden auch von anderen Autoren kompetent behandelt, aber Ellenberger sticht heraus, indem er tiefer in die Geschichte zurückgeht und Pierre Janet ans Licht hebt.*
- Ermann, M. (2009): Psychoanalyse in den Jahren nach Freud. Entwicklungen 1940–1975. Stuttgart 2012 (Kohlhammer).

- Ders. (2010): Psychoanalyse heute. Entwicklungen seit 1975 und aktuelle Bilanz. Stuttgart 2012 (Kohlhammer).
- Freud, S.: Seine Werke werden an dieser Stelle nicht eigens aufgeführt. Hinweise zu seinen Schriften sind über das Buch verteilt.
- Gay, P. (1987): Freud. Eine Biographie für unsere Zeit. Frankfurt/M. (S. Fischer). – *Mit die beste Freud-Biographie, gut lesbar und unabhängig geschrieben. Er ist weder ein kniefälliger Anbeter noch ein offen oder verdeckt argumentierender Kritiker, der den Giganten auf die Ebene der Normalität herabziehen will. Er hat Respekt vor Talent und Leistung, erhöht Freud aber nicht zu einem halbgottähnlichen Genie, dessen Leben und Werk unantastbar bleiben müssen. Diese Biografie ist nach dem einhelligen Urteil der Kritiker ein unverzichtbares Werk für Freud-Kenner und interessierte Laien.*
- Gödde, G. & Buchholz, M. (2011): Unbewusstes. Gießen (Psychosozial-Verlag). – *Die vollgültige, ausreichende Kurzform von Gödde, G. (1999): Traditionslinien des Unbewussten. Schopenhauer-Nietzsche-Freud. Tübingen (edition discord), einem keine Wünsche offen lassenden Standardwerk über die Geschichte der Idee vom Unbewussten. Sie zeigt vor allem eins: Wie man das Unbewusste definiert, ist dem Einzelnen überlassen, ein Streit über die »richtige« Auffassung scheint nicht fruchtbar.*
- Grawe, K. et al. (1994): Psychotherapie im Wandel – von der Konfession zur Profession. Göttingen (Hogrefe-Verlag). – *Die Autoren unter Leitung von Grawe bieten einen einzigartigen Überblick über die Forschungsergebnisse zur Wirksamkeit der wichtigsten Psychotherapien, die damals allesamt – bis auf die Verhaltenstherapie – nicht besonders gut abschneiden.*
- Heiss, R. (1984): Allgemeine Tiefenpsychologie, Frankfurt/M. (Fischer-Taschenbuch). – *Der Autor führt systematisch (nicht historisch-genetisch) in die theoretischen Grundlagen, die einzelnen tiefenseelischen Erscheinungen (Neurosen, Fehlleistungen, Träume), den tiefenpsychologischen Aufbau der Person (Triebe, Affekte, Konflikte) und die tiefenpsychologischen Mechanismen (Identifikation, Abwehr, Wahrnehmung, Gestaltung) ein.*
- Hoffman, E. (1997): Alfred Adler. Ein Leben für die Individualpsychologie. Aus dem Amerikanischen von Eva Spur. München (Ernst Reinhardt). – *Das bislang unübertroffene Standardwerk zu Adler. Was Peter Gay für Freud und Deirdre Bair für Jung, ist Hoffman für Adler.*
- Jones, E. (1962): Sigmund Freud: Leben und Werk. Aus dem Englischen von Katherine Jones. 3 Bände, München 1984 (DTV). – *Sehr ausführliche und manchmal etwas wohlwollende Würdigung Freuds von einem seiner engsten Mitarbeiter.*
- Jung, C.G. (1928): Die Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewußten. Zweiter Teil: Die Individuation. G.W. Bd. 7, »Zwei Schriften über Analytische Psychologie«. –

*Jung ist der Mystiker unter den Tiefenpsychologen, teils viel vernünftiger und lebensnäher als Freud, teils unannehmbar esoterisch.*

- Ders. (1931): Die Lebenswende. G.W. Bd. 8, »Die Dynamik des Unbewussten«, Abschnitt XVI, S. 425-442. – *Weiterer Grundlagentext zur Individuation.*
- Möller, H.-J., Laux, G. & Deister, A. (2009): Psychiatrie und Psychotherapie. Mit einem Beitrag zur Kinder- und Jugendpsychiatrie von Hellmut Braun-Scharm. Mit 14 Patientengesprächen auf Video-CD-Rom. 4., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage. Stuttgart (Thieme).
- Nagera, H. (1974): Psychoanalytische Grundbegriffe. Eine Einführung in Sigmund Freuds Terminologie und Theoriebildung. Frankfurt/M. (Fischer-TB). – *Ein orthodoxes Nachschlagewerk für die Psychoanalyse, das verblüffenderweise die Begriffe Es, Ich und Über-Ich nicht eigens behandelt.*
- Neel, A.F. (1969): Handbuch der psychologischen Theorien. Frankfurt/M. 1983 (Fischer-Taschenbuch). – *Die Autorin gibt einen systematischen und vorurteilsfreien Überblick nicht nur über alle Tiefenpsychologien, sondern beginnt bei den antiken Griechen und berücksichtigt zudem die Lerntheorie, die behavioristischen Theorien, die Gestaltpsychologie, Lewins Feldtheorie, Gordon Allport, die Phänomenologie, Selyes Stresskonzept und gibt einen Überblick über die Psychologie um 1950.*
- Nunberg, H. & Federn, E. (Hg.)(2008): Protokolle der Wiener Psychoanalytischen Vereinigung. 4 Bände. Neuausgabe Gießen (Psychosozial-Verlag). – *Eine unerschöpfliche Quelle für Proselyten der Psychoanalyse, für Anfänger kaum geeignet.*
- Perrez, M. (1972): Ist die Psychoanalyse eine Wissenschaft? Stuttgart (Hans Huber). – *Perrez hat da, wie so viele, seine Zweifel.*
- Pongratz, L.J. (1983): Hauptströmungen der Tiefenpsychologie. Stuttgart (Alfred Kröner). – *Ein fairer, solider und informativer Überblick über die drei Richtungen Psychoanalyse, Individualpsychologie und Analytische Psychologie, die gleichgewichtig behandelt werden.*
- Rattner, J. (1990): Klassiker der Tiefenpsychologie. München (Psychologie Verlags Union). Das Buch liegt in verschiedenen Ausgaben vor und heißt später »Klassiker der Psychoanalyse«. – *Hervorragend verständlich geschriebene Portraits von 32 Persönlichkeiten der Tiefenpsychologie, angefangen von den drei Gründervätern Freud, Adler und Jung über die erste Generation der Mitarbeiter, die Neopsychoanalyse, einige Psychosomatiker, einige Psychoanalytiker der dritten Generation (Erikson, Mitscherlich und Lorenzer) bis hin zu Vertretern der Phänomenologie, Daseinsanalyse und Existenzphilosophie. Dabei werden Fülle und Reichtum (und einige Skurrilitäten) psychoanalytischer Lehrmeinungen sichtbar.*
- Ders. (1993): Krankheit, Gesundheit und der Arzt. Medizinische Anthropologie, München (Quintessenz). – *Rattner ist Vertreter einer philosophisch orientierten, verstandenen, humanistischen Psychologie, Medizin und Psychosomatik.*

- Rattner, J. & Danzer, G. (2000): Grundbegriffe der Tiefenpsychologie und Psychotherapie. Darmstadt (Wissenschaftliche Buchgesellschaft). – *Ein allgemeinverständlicher Überblick.*
- Reimer, Chr. & Rüger, U. (2006): Psychodynamische Psychotherapien. Lehrbuch der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapieverfahren. 3., vollständig neu bearbeitete und aktualisierte Auflage, Heidelberg (Springer).
- Rudolf, G. (2010): Psychodynamische Psychotherapie. Die Arbeit an Konflikt, Struktur und Trauma. Stuttgart (Schattauer). – *Das praxisorientierte und gut lesbare Buch gefällt, weil es drei wichtige Perspektiven gleichzeitig behandelt und damit Einseitigkeit verhindert.*
- Selg, H. (2002): Sigmund Freud – Genie oder Scharlatan? Eine kritische Einführung in Leben und Werk. Stuttgart (W. Kohlhammer). – *Autor Selg neigt begründet dazu, Freud letztlich für einen Scharlatan zu halten (siehe auch Israels).*
- Schraml, W. (1968): Einführung in die Tiefenpsychologie. Für Pädagogen und Sozialpädagogen. 5. Auflage. Stuttgart 1974 (Klett). – *Eine problembewusste Grundlegung, die Schraml um die Schwerpunkte kindliche Entwicklung und Persönlichkeitslehre, Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter, Tiefenpsychologie und Erziehung sowie Psychohygiene des Pädagogen erweitert. Sein Ausgangspunkt ist die Psychoanalyse, aber er ist tolerant gegenüber anderen Schulen.*
- Shorter, E. (1999): Die Geschichte der Psychiatrie. Berlin (Alexander Fest). – *Der Autor ist Kritiker der Psychoanalyse, die jahrzehntelang die körperliche Seite von Krankheiten ignorierte, und Vertreter einer biologisch fundierten Psychiatrie. Äußerst anregend geschrieben und sehr zum Nachdenken animierend. Empfehlenswert.*
- Showalter, E. (1997): Hystorien. Hysterische Epidemien im Zeitalter der Medien. Aus dem Amerikanischen von Anke Caroline Burger. Berlin (Berlin Verlag). – *Eine spannend zu lesende Geschichte der vor allem in den USA anzutreffenden bizarren Krankheitsepidemien, die die Autorin als Nachfolger der Hysterie ansieht (u.a. die Entführung durch Außerirdische).*
- Sperber, M. (1970): Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie, München (Fritz Molden). – *Die spannende und lehrreiche Lebensgeschichte eines individualpsychologischen Marxisten, der in seiner Jugend einige Zeit mit Adler zusammenarbeitete, sich dann im Streit von ihm trennte und später zu einer ausgewogenen Haltung fand.*
- Stern, P.J. (1977): C.G. Jung – Prophet des Unbewußten. München (Heyne). – *Leichter zu lesen und vor allem kürzer als Deirdre Bair.*
- Strotzka, H. (1984): Psychotherapie und Tiefenpsychologie. Ein Kurzlehrbuch. 2., unveränderte Auflage, Wien, New York (Springer-Verlag). – *Eine erfrischend unorthodoxe Darstellung, aber leider mit Schwerpunkt auf der Psychoanalyse, während andere wichtige Autoren nur kurz gestreift werden.*

- Weinrich, H. (1997): *Lethe. Kunst und Kritik des Vergessens*. München (C.H. Beck). – *Klug, nachdenklich, unaufgeregt – ein wunderbares Buch*.
- Wexberg, E. (Hg.)(1926): *Handbuch der Individualpsychologie*, Bd. 1 und 2. Reprint Amsterdam 1966 (E.J. Bonset). – *Eine Sammlung von Aufsätzen vieler Individualpsychologen, die mit diesem Werk einen verlässlichen Überblick über den Stand der Individualpsychologie um 1925 vorlegten*.
- Ders. (1969): *Individualpsychologie. Eine systematische Darstellung*. Darmstadt (Wissenschaftliche Buchgesellschaft). Unveränderter Nachdruck der 2., verbesserten Aufl., Leipzig 1931. – *Es scheint wegen des klaren Aufbaus als einführendes Werk der Individualpsychologie besser geeignet als Adlers Menschenkenntnis*.
- Wiesenhütter, E. (1969): *Grundbegriffe der Tiefenpsychologie*. Darmstadt (Wissenschaftliche Buchgesellschaft). – *Tatsächlich nicht anhand von Grundbegriffen aufgebaut, sondern anhand zentraler Figuren wie Freud, Adler, Künkel, Jung, Szondi, Schultz-Hencke, von Weizsäcker und einigen Neofreudianern, Psychosomatikern und Personalisten. Weitere Stichworte sind Psychohygiene, Suggestion und Hypnose. Solide geschrieben und gut zu lesen*.
- Wöller, W. & Kruse, J. (2010): *Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie*. 3. überarbeitete und erweiterte Auflage, Stuttgart (Schattauer). – *Ein erfreulich undogmatisches Werk über alle Aspekte einer modernen tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie. Speziell geeignet für angehende Psychotherapeuten*.
- Wyss, D. (1961): *Die tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart – Entwicklung, Probleme, Krisen*. 5. Aufl. Göttingen 1977 (Vandenhoeck & Ruprecht). – *Wyss zeichnet die Entwicklung aller tiefenpsychologischen Schulen bis in die Mitte der 1970er Jahre hinein nach. Er weist auf, dass praktisch alle Einzelteile der Tiefenpsychologie problematisch sind in dem Sinne, dass sie modifiziert, erweitert oder aufgegeben wurden. Für Anfänger ist dieses Buch nicht zu empfehlen*.
- Yalom, I. (1989): *Existenzielle Psychotherapie*. Übertragen aus dem Amerikanischen von Martina Gremler-Fuhr und Reinhard Fuhr. Köln (Edition humanistische Psychologie). – *Ein hervorragend lesbares und kluges Werk zu den Grundproblemen menschlichen Seins und wie sie in der Psychotherapie auftauchen und bearbeitet werden können. Absolut empfehlenswert*.
- Zaretsky, E. (2006): *Freuds Jahrhundert. Die Geschichte der Psychoanalyse*. Wien (Paul Zsolnay Verlag). – *Ein kluger soziologischer Blick auf die Psychoanalyse im Kontext der vergangenen 125 Jahre. Man wünscht sich, es gäbe ein solches Buch auch für Adler und die frühe Individualpsychologie*.

## Anmerkungen zu den einzelnen Kapiteln

---

Dies ist eine hoffentlich vollständige Liste der von mir konsultierten Werke. Sollte ich, ohne es zu wollen, die Angabe einer Quelle vergessen haben, deren Material für diesen Text genutzt wurde, bitte ich um Nachsicht. Jedes derartige Versehen wird, sofern es mir zur Kenntnis gebracht wird, in künftigen Ausgaben berichtigt (home@psychondo.de).

### Danksagung

Die Idee zu einem schlanken und flüssig geschriebenen Fachbuch entnahm ich Peter Bieris *Das Handwerk der Freiheit* (Frankfurt/M., 2001), ein im Übrigen ausgezeichnetes Werk über die Bedingungen von Wünschen, Denken, Wollen, Entscheiden und Handeln. Auch eine Ablehnung des zu Technischen und zu Hagiographischen fand ich bei Bieri.

### Einleitung

Die Einleitungssätze sind inspiriert von: Mertens, W., Obrist, W. & Scholpp, H. (2004): *Was Freud und Jung nicht zu hoffen wagten...*, Gießen (Psychozial-Verlag), S. 7–16, einem im Übrigen uninteressanten Buch.

## Grundlagen

### Was heißt Tiefe in der Tiefenpsychologie?

Zur Tiefe in der Tiefenpsychologie siehe Pongratz, L.J. (1983): *Hauptströmungen der Tiefenpsychologie*, Einleitung, S. 1–4.

Freud, S. (1940b): »Some Elementary Lessons in Psycho-Analysis«. GW XVII, S. 144.

Freud, S. (1913): »Das Interesse an der Psychoanalyse«. GW VIII, S. 398.

Freuds Modell ist tatsächlich wesentlich komplizierter; auch Teile von Ich und Über-Ich können vorbewusst und unbewusst sein.

Ein Prinzip des Lamarckismus ist die Aussage, dass erworbene Eigenschaften weitergegeben werden. Wenn es so wäre, müssten die männlichen Kinder von Muslimen und Juden ohne Vorhaut geboren werden. Der Lamarckismus bot schöne Hoffnungen für eine Besserung der Menschheit, weil naiverweise angenommen wurde, dass sich nur

gute Eigenschaften vererben, doch die Grundannahme ist falsch. Gene sind keine Blaupause, sondern ein Rezept. Wie genau der Kuchen aussieht, der nach diesem Rezept gebacken wird, lässt sich nicht voraussagen. Die Idee von der DNA als Blaupause wies Richard Dawkins erneut zurück in *Die Schöpfungslüge* (2010).

Rank, O. (1924): *Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse*.

Martin Heidegger entwickelte seine Existenzialien 1927 in seinem Hauptwerk *Sein und Zeit*, ein epochemachendes, wenn auch dunkles Werk.

Yalom, I. (1989): *Existenzielle Psychotherapie* (am. *Existential psychotherapy*, New York 1980). Übertragen aus dem Amerikanischen von Martina Gremler-Fuhr und Reinhard Fuhr. Köln (Edition humanistische Psychologie).

Heidegger benannte sieben Existenzialien: Neben der Rede sind dies das In-der-Welt-Sein, die Sorge, die Befindlichkeit, die Angst, das Verstehen und die Verfallenheit an das Dasein.

## Gemeinsame Merkmale der Tiefenpsychologie

Freud griff in der Regel nicht in die Traumschilderung des Klienten ein, während Jung bei der Amplifikation die Aufmerksamkeit gezielt auf bestimmte Traumelemente richtete und diese durch eigenes Wissen aus Mythologie und Symbolkunde anreicherte. Jung unterlegte den Schilderungen der Klienten das, was er selbst entdeckt zu haben meinte. Die Analyse erbrachte selbsterfüllend immer die Ergebnisse, die Jung erwartete.

Über die Gemeinsamkeiten: Heiss, R. (1984): *Allgemeine Tiefenpsychologie*, S. 30–34; Pongratz, L.J. (1983): *Hauptströmungen der Tiefenpsychologie*, S. 392–395; Kausen, R. (1987): »Wege zur Einheit in der Tiefenpsychologie«, in: Moor, F.-J. (Hg.) *Wege zur Einheit in der Tiefenpsychologie*. München, Basel (Reinhardt), S. 39ff.

Über das Unbewusste: Gödde, G. (1999): *Traditionslinien des Unbewussten. Schopenhauer – Nietzsche – Freud*. Tübingen (edition discord).

Die wissenschaftstheoretische Unterscheidung zwischen nomothetischer und idiografischer Forschung geht zurück auf die Rede »Geschichte und Naturwissenschaft« Wilhelm Windelbands 1894. Die nomothetische (von griechisch *nomos*: Gesetz und *thesis*: aufbauen) Forschungsrichtung sucht allgemeingültige Gesetze mit experimentellen, quantitativen, oft reduktionistischen Methoden. Diese Denkweise ist typisch für die Naturwissenschaften. Idiografisch (von griech. *idios*: eigen und *graphein*: beschreiben) ist die Analyse konkreter, zeitlich und räumlich einzigartiger Gegenstände. Ihr Hauptanwendungsbereich sind die Geisteswissenschaften. Die Psychologie steht zwischen den beiden genannten Forschungsmethoden. Die Unterscheidung ist ohnehin überholt; auch Geisteswissenschaftler machen Allaussagen (»Der Mensch ist...«) und Naturwissenschaftler machen Partikularaussagen (»Die Oberfläche des Jupiter...«).

Der deutsche Philosoph Eduard von Hartmann veröffentlichte 1869 eine *Philosophie des Unbewussten*, eine Synthese aus Schopenhauer, Leibniz, Schelling und Hegel. Franz

Brentano leugnete 1874 in *Psychologie vom empirischen Standpunkt* die Existenz des Unbewussten.

Zur Hermeneutik: Grondin, J. (2001): *Einführung in die philosophische Hermeneutik*. 2. überarbeitete Auflage, Darmstadt.

Das Zitat »Wo Es war, soll Ich werden« findet sich bei Freud, Sigmund (1933): *Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. GW XV, S. 86.

## Gemeinsame Probleme der Tiefenpsychologie

Adler erwähnt das mögliche Vorhandensein »statistischer Wahrscheinlichkeiten« in der psychischen Entwicklung, z.B. in *Der Sinn des Lebens*, 2008b, S. 42.

Greve, W. & Roos, J. (1996): *Der Untergang des Ödipuskomplexes*. Argumente gegen einen Mythos. Bern (Huber), S. 145.

Yalom, I. (1989): *Existenzielle Psychotherapie*. Köln. Ein in jeder Hinsicht hervorragendes Buch.

Ab den 1970er Jahren vertrat Clifford Geertz kulturel relativistische Positionen. In seinem Werk *Welt in Stücken* (2007) schreibt er, der einheitliche, universalistische, ohne Widersprüche gedachte Kulturbegriff der Moderne sei am Ende des 20. Jahrhunderts zerbrochen. #Wyss 1961, S. 344–346.

Nietzsche, F. (1874): Vom Nutzen und Nachteil der Historie für das Leben. KSA 1, S. 248.

Auf das Problem der anthropomorphisierenden Interpretationen weist Ann F. Neel hin, S. 33f.

Sperber, M. (1970): *Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie*, München (Verlag Fritz Molden), S. 60, 211–213, 286–295.

Das Beispiel Mertens findet sich in: Mertens, W., Scholpp, H. & Obrist, W. (2004): *Was Freud und Jung nicht zu hoffen wagten...*, Gießen (Psychosozial), S. 237f.

Das Freud-Zitat über den Wiener Judenbuben Adler stammt aus einem Brief Freuds an den Schriftsteller Arnold Zweig vom 22. Juni 1937. Adler war am 28. Mai 1937 in Aberdeen, Schottland, auf einer Vortragsreise gestorben.

Antoch, R. (2004): *Beziehung und seelische Gesundheit*, S. 104.

Über Adlers inhaltliche Verschiebungen siehe Witte, K.-H. (1994): »Alfred Adler als Redaktor seiner Falldarstellungen«, in: Z.f. Individualpsychol., 19. Jg, S. 20–37. München Basel (Ernst Reinhardt).

Über John N. Rosen und andere bedenkliche Vertreter der Psychiatrie und Psychotherapie berichtet: Masson, J. (1993): *Die Abschaffung der Psychotherapie. Ein Plädoyer*.



München (Goldmann), S. 157ff. Wenn Masson von »der Psychotherapie« spricht, meint er meist die amerikanische Psychiatrie.

Sperber, M. (1970): *Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie*, München (Verlag Fritz Molden), S. 145.

»...hat oft Anlass, sich ihrer zu schämen«: ein Zitat des renommierten, aber auch umstrittenen Therapieforschers Klaus Grawe, zitiert in: Degen 2000, S. 12

## Geschichte der Tiefenpsychologie

Das Kapitel »Priester und Schamane« stützt sich auf Ellenberger 1985, S. 21–88.

Über Gassner und Mesmer: Ellenberger 1985 S. 89–113.

»Die Seherin von Prevorst«, siehe Ellenberger 1985, S. 125–132, Zitat auf S. 130.

Über Charcot: Ellenberger 1985, S. 143–161.

Mehrere Details der Geschichte der Psychologie, vor allem was Francis Galton angeht, entnahm ich Boeree, C.G. (2007): *Geschichte der Psychologie*, URL: <http://www.socialpsychology.de/sp/h1/> (Stand: 22.10.2010).

Über William James: Neel 1969, S. 75–91.

James, W. (1902): *Die Vielfalt religiöser Erfahrung. Eine Studie über die menschliche Natur*. Frankfurt/M. 1997 (Insel-Tb).

Informationen über Pierre Janet stammen aus dem entsprechenden Wikipedia-Eintrag (Stand: 11.11.2010) sowie aus Ellenberger 1985, S. 449–565. Ferner wurden benutzt: Neel 1969, S. 41ff. und 62 sowie Heiss 1984, S. 13ff.

Es gibt einige Darstellungen der Entwicklung der Tiefenpsychologie nach 1920 und jede erzählt diese Geschichte anders. Ich stütze mich auf zwei Bücher von Michael Ermann: *Psychoanalyse in den Jahren nach Freud*, Stuttgart 2009, und *Psychoanalyse heute. Entwicklungen seit 1975 und aktuelle Bilanz*, Stuttgart 2010, ferner auf Shaked, J. (2011): *Ein Leben im Zeichen der Psychoanalyse*, Gießen, S. 119ff. Die schmalen Bücher Ermanns gehen zurück auf Vorlesungen, die er bei den Lindauer Psychotherapiewochen hielt. Shaked ist ein Pionier (und Fossil) der Gruppenanalyse.

zit. in Shaked (2011), S. 144.

Intersubjektivismus: Stolorow, R.D., Bandchaft, B. & Atwood, G.E. (1987): *Psychoanalytische Behandlung. Ein intersubjektiver Ansatz*. Deutsch 1996 Frankfurt/Main (Fischer), S. 15.

Kritik Mertens am Intersubjektivismus: Mertens, W. (2009): *Psychoanalytische Erkenntnishaltungen und Interventionen*. Stuttgart (Kohlhammer), S. 129. Einen liberalen Sowohl-als-auch-Kompromiss vertritt Ermann 2010, S. 60.

Lorenzer, A. (2006) *Szenisches Verstehen. Zur Erkenntnis des Unbewussten*. Hg. von Ulrike Prokop & Bernhard Görlich. Marburg (Tectum-Verlag), S. 13–38. Zum szenischen Verstehen siehe auch Wöller & Kruse 2010, S. 269f.

Die Psychoanalytikerin Anita Eckstaedt hat in ihren zwölf Fallgeschichten einige »Szenen« eingefangen, beispielsweise bei dem weißgekleideten jungen Mann, der um seinen verstorbenen Bruder trauert: Eckstaedt, A. (1991): *Die Kunst des Anfangs. Psychoanalytische Erstgespräche*. Frankfurt/Main (Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft).

Stern, D.N. (2005): *Der Gegenwartsmoment. Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag*. Aus dem Amerikanischen von Elisabeth Vorspohl. Frankfurt/Main (Brandes & Apsel). Zum »now moment« siehe auch Ermann 2010, S. 109.

Zur Mentalisierung siehe Ermann 2010, S. 98ff.

Einen Überblick über das »Freud-Bashing« bietet Shaked (*Ein Leben im Zeichen der Psychoanalyse*, 2010) auf den Seiten 175–186..

## Geschichte der Hysterie

Das Kapitel beruht im Wesentlichen auf zwei großartigen Büchern: Shorter, E. (1999): *Die Geschichte der Psychiatrie* und Showalter, E. (1997): *Hystorien. Hysterische Epidemien im Zeitalter der Medien*.

Zit. in Schaps, R. (1982): *Hysterie und Weiblichkeit. Wissenschaftsmythen über die Frau*. Frankfurt/M., New York (Campus), S. 22f.

Engels, F.: »Psychiatriegespräch«, URL:

<http://www.psychiatriegespraech.de/texte/hysterie.php#geschichte> (Stand: 11.11.2010).

Kraepelin, E. (1889): *Psychiatrie*, Reprint Boston/USA (Adamant Media Corporation), S. 390.

Zit. in Furtmüller, C. (1983): *Denken und Handeln. Schriften zur Psychologie 1905–1950*. Hg. von Lux Furtmüller, München-Basel, S. 261f.

Adler denunzierte die Kriegstraumatisierten in einem erstmals 1918 veröffentlichten Vortrag von 1916 mit dem Titel »Die neuen Gesichtspunkte in der Frage der Kriegsneurose«, in *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, Frankfurt/M. 1974, S. 303.

Freuds *Gutachten über die elektrische Behandlung der Kriegsneurotiker* ist erstmals wiedergegeben in: »Sigmund Freud über Kriegsneurosen, Elektrotherapie und Psychoanalyse«, in: *Psyche* 26 (1972), S. 939–951, sowie Freud, S. (1919): Einleitung zu »Zur Psychoanalyse der Kriegsneurosen«, GW XXII, S. 321–324. Siehe auch Riedesser, P. & Verderber, A. (1996): *Maschinengewehre hinter der Front. Zur Geschichte der deutschen Militärpsychiatrie*. Frankfurt/M. (Mabuse) und Ellenberger 1985, S. 802.

Informationen zu Michel Foucault und Thomas Szasz stammen aus den entsprechenden Wikipedia-Einträgen (Stand: 11.11.2010). Foucault schrieb 1961 *Wahnsinn und Gesellschaft. Eine Geschichte des Wahns im Zeitalter der Vernunft*, deutsch Frankfurt/M. 1993.

Die *Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung* trat im Februar 2012 eine Ritalin-Debatte mit den üblichen Vorurteilen los: Hoffmann, Ch. & Schmelcher, A. (2012): »Wo die wilden Kerle wohnen«. FAS, 12.02.2012, Nr. 6, S. 2. Der Artikel erfuhr mit weit über 300 Leserkommentaren ein recht großes Echo. Die meisten wiesen auf die segensreiche Wirkung des Medikaments hin.

## Wie weit reicht unsere Erkenntnis?

Weischedel, W. (1976): *Skeptische Ethik*. Frankfurt/M. (Suhrkamp).

Kant, I. (1788): Ausgabe der Preußischen Akademie der Wissenschaften, Berlin 1900ff., AA V, 30/KpV, A 54 (§ 7 *Grundgesetz der reinen praktischen Vernunft*).

Kast, B. (2007): *Wie der Bauch dem Kopf beim Denken hilft. Die Kraft der Intuition*. Frankfurt/M. (S. Fischer Verlag).

Röd, W. (1996): *Der Weg der Philosophie. Von den Anfängen bis ins 20. Jahrhundert*. 2 Bde., München (C.H. Beck). Zitat Bd. 1, S. 27.

Popper, K.R. (1963): *Vermutungen und Widerlegungen. Das Wachstum der wissenschaftlichen Erkenntnis*. Teilband I. Tübingen 1994 (Verlag J.C.B. Mohr), S. 46–95.

Meinrad Perrez wird zitiert von Wyss 1961, S. 456.

William Mayer-Gross wird zitiert in Shorter 1999, S. 466. Die folgenden Ausführungen von Shorter stammen von S. 463.

Die »Prämissen für eine tiefenpsychologische Forschung« sind das Ergebnis meiner praktischen Erfahrung und theoretischen Lektüre.

Dilthey, W. (1924): *Ideen über eine beschreibende und zergliedernde Psychologie*. Gesammelte Werke, Band V, S. 144.

Zu Karl Jaspers siehe sein Buch *Allgemeine Psychopathologie* von 1913 (Berlin, Springer), vor allem die Seiten 250ff.

Über mittelbares und unmittelbares Verstehen: Heiss 1984, S. 26–30. Ebenso Heisterkamp, G. (2002): *Basales Verstehen: Handlungsdialoge in Psychotherapie und Psychoanalyse*. Stuttgart (Klett-Cotta), S. 34ff. Der Unterschied ergibt sich schon aus der Hermeneutik Friedrich Schleiermachers, siehe Wach, J. (1926–1933): *Das Verstehen: Grundzüge einer Geschichte der hermeneutischen Theorie im 19. Jahrhundert*. Reprint Hildesheim 1984 (Olms), S. 97.

Zum Methodenproblem der klassischen Psychoanalyse: Habermas, J. (1968): *Erkenntnis und Interesse*. Frankfurt/M. (Suhrkamp); Lorenzer, A. (1970): *Kritik des psychoanalytischen Symbolbegriffs*. Frankfurt/M. (Suhrkamp).

Grawe, K. et al. (1994): *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*. Göttingen (Hogrefe-Verlag).

Mertens, W. (1994): *Psychoanalyse auf dem Prüfstand? Eine Erwiderung auf die Meta-Analyse von Klaus Grawe*. 1. Aufl. München (Quintessenz Verlag).

Stellungnahmen und Gutachten des Wissenschaftlichen Beirats Psychotherapie zu Psychotherapieverfahren und -methoden unter  
<http://www.wbpsychotherapie.de/page.asp?his=0.1.17>, Stand: 30.05.2013.

Zu einer professionellen Haltung siehe z.B. Buchholz, M. (1997): *Psychoanalytische Professionalität. Anmerkungen zu Grawes Herausforderung. Fachtexte zur Entwicklung von Psychotherapie in Theorie und Praxis*, in

<http://www.psychotherapie.org/michael/psa-profess.html> und

[http://www.psychotherapie.org/fachtexte.html#PA\\_Prof.](http://www.psychotherapie.org/fachtexte.html#PA_Prof.), Stand 01.02.2013. Aus Individualpsychologischer Sicht: Wiegand, R. (1990): *Alfred Adler und danach. Individualpsychologie zwischen Weltanschauung und Wissenschaft*. München, Basel.

## Protagonisten

### Sigmund Freud

Zu Freuds Leben und Werk: Ellenberger 1985, S. 567–716 und 727–742.

Informationen zur seltsamen Geschichte der Wende in der Verführungstheorie stammen auch von Mertens in: Mertens, Obrist & Scholpp (2004): *Was Freud und Jung nicht zu hoffen wagten...* Auch Mertens kann die Wende nicht erklären bzw. geht stillschweigend über die Unerklärlichkeit hinweg.

Freud, S. (1906): »Meine Ansichten über die Rolle der Sexualität in der Ätiologie der Neurosen«. GW V, S. 149–159, hier S. 153ff.

Freud, S. (1925): *Selbstdarstellung*. GW XIV, S. 59ff.

Hirsch, E.Ch. (1985): *Der Witzableiter oder Schule des Gelächters*. Hamburg (Hoffmann und Campe).

Zum Fall »Dora« siehe die klugen und detaillierten Ausführungen von Appignanesi, L. & Forrester, J. (1992): *Die Frauen Sigmund Freuds*. Aus dem Englischen von B. Rapp und Uta Szyszkowitz. München, Leipzig (List Verlag).

Freud, S. (1909): *Analyse der Phobie eines fünfjährigen Knaben*. GW VII, S. 243–377.

Rank, O. (1924): *Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse*. Neuausgabe Gießen 2007.

LeBon, G. (1895) *Psychologie der Massen*. Stuttgart 1982, S. 17. Siehe auch Simmel, E. (1946): »Antisemitismus und Massen-Psychopathologie«. In: *Psyche*, 32. Jg., 1978, S. 492–527.

Zur Kindheitserinnerung des Leonardo da Vinci: Clemenz, M. (2003): *Freud und Leonardo. Eine Kritik psychoanalytischer Kunstinterpretation*. Frankfurt/Main (Brandes & Apsel). Es ist eine grundlegende argumentative Widerlegung von Freuds Interpretation der Person und des Werkes Leonardos: Nichts an der Freud'schen Version könne aufrechterhalten werden. Freud versuchte übrigens Leonardos angebliche Hemmung zu verstehen und zu erklären (siehe diesbezüglich die Ausführungen zu Dilthey im Kapitel »Wie weit reicht unsere Erkenntnis?« ). Eine gut verständliche Interpretation der *Kindheitserinnerung des Leonardo da Vinci* ist im Internet zu finden unter <http://tinyurl.com/b2m9zf6> (Stand: 04.01.2013).

Bei Youtube unter <http://www.youtube.com/watch?v=5jJ6Lhk1pNg> (Stand: 13.04.2013).

Zur Kritik an Freud siehe Selg 2002. Einer der fundamentalsten Kritiker ist Israels, H. (1993): *Der Fall Freud. Die Geburt der Psychoanalyse aus der Lüge*. Aus dem Niederländischen von Gerd Busse. Hamburg (Europäische Verlagsanstalt). Israels nimmt Freud argumentativ auseinander. Das Buch reiht sich ein in die anschwellende Literatur des Freud-Bashing. Siehe auch Borch-Jacobsen, M. (1998): *Anna O. zum Gedächtnis. Eine hundertjährige Irreführung*. München (Wilhelm Fink Verlag). Die Psychoanalyse weigert sich bis heute, die Argumente zur Kenntnis zu nehmen, beispielsweise Mertens in: Mertens, Obrist & Scholpp (2004) *Was Freud und Jung nicht zu hoffen wagten...*, Gießen (Psychosozial-Verlag).

Jones, E. (1962): *Sigmund Freud: Leben und Werk*. 3 Bände, München 1984 (DTV).

## Alfred Adler

Bottome, Ph. (1939): *Alfred Adler: Apostle of Freedom*. London, 2. Aufl. 1946.

Bei Youtube unter <http://www.youtube.com/watch?v=PUnSXbb5eQ8> (Stand: 13.04.2013). Adlers Leben und Werk ist gut beschrieben, vor allem von Edward Hoffman und in den Büchern von Almuth Bruder-Bezzel.

Zur Psychoanalyse als »Philosophenschule« siehe Ellenberger 1985, S. 765.

Ellenberger über Adler, S. 766–878.

Der Brief Freuds an Adler wird erwähnt (nicht abgedruckt) in der Einleitung von Almuth Bruder-Bezzel zur Adler-Studienausgabe Bd. 1 (2007), S. 10.

Adlers Liebschaft: siehe Uehle-Stauffer, B. (1995): *Mein Leben leben. Else Freistadt-Herzka 1899 bis 1953*. Wien (Passagen Verlag).

Adler, A. (1907): *Studie über Minderwertigkeit von Organen*. Mit einer Einführung von W. Metzger. Frankfurt/Main 1977 (Fischer-Tb). Die übrigen Werke Adlers finden sich in der seit 2007 editierten Studienausgabe (Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht).

Einen Aggressionstrieb lancierte Freud in *Jenseits des Lustprinzips* (1920).

Dreikurs, R. (1958): »Die Individualpsychologie der Gegenwart«. In: Stern, E. (Hg.): *Die Psychotherapie der Gegenwart*. Zürich (Rascher), S. 68–87.

Über das »Gemeinschaftsgefühl« habe ich selbst ein erschöpfend umfassendes Buch verfasst: Mackenthun, G. (2012): *Gemeinschaftsgefühl. Wertpsychologie und Lebensphilosophie seit Alfred Adler*. Gießen (Psychosozial-Verlag).

## Carl Gustav Jung

Ellenberger 1985 über Carl Gustav Jung S. 879–958 und 967–995. Einen guten und kritischen Überblick über Jungs Leben und Werk bietet Stern 1977.

Der sonst so akkurate Ellenberger erwähnt die Episoden mit Sabina Spielrein und Toni Wolff nicht. Zu Spielrein siehe Kerr, J. (1994): *Eine höchst gefährliche Methode*. Freud, Jung und Sabina Spielrein. München (Kindler).

Siehe dazu ein mehrteiliges Interview mit dem alten Jung auf Youtube: <http://www.youtube.com/watch?v=DuQwDvyfIRA> (Stand: 20.04.2013).

Die Identität von Frau Frank Miller konnte gelüftet werden. Ihr Name ist kein Pseudonym; sie wurde nach dem Vornamen ihres Vaters benannt. Frau Miller war eine jener überdurchschnittlich intelligenten Frauen, die unter den Einschränkungen der viktorianischen Epoche litten, siehe Savage, J. (2010) »Trust and Betrayal: Four Women under Jung's Shadow«. In: Jung Odyssey Series, Vol III, Spring, URL: <http://tinyurl.com/b4fvncj> (Stand: 06.01.2013).

Zur feministischen Kritik an Jung: Weiler, G. (1985): »Die ›leeren Frauen‹ des C.G. Jung«. In *Psychologie heute*, Oktober 1985, S. 64ff.

Zit. in Mertens, Obrist & Scholpp (2004): *Was Freud und Jung nicht zu hoffen wagten...*, Gießen (Psychosozial-Verlag), S. 63.

Meine kritische Würdigung Jungs profitierte von Rattners *Klassiker der Psychoanalyse* (1990), S. 67–88.

## Neopsychoanalyse

Anna Freud: Ich stütze mich auf den entsprechenden Artikel von Josef Rattner in seinem Buch *Klassiker der Psychoanalyse* (1990), S. 226–249.

Das Zitat findet sich auf der sehr informativen Internetseite von Ole Peter Jagdt: <http://www.annafreud.de/biografie.html> (Stand: 10.01.2013).

Freud, A. (1965): *Wege und Irrwege in der Kinderentwicklung*, Stuttgart 1968 (Klett-Cotta), S. 18.

Melanie Klein und Wilfred Bion: Ermann 2009, S. 53ff. Die Angaben zu Michael Balint stammen teilweise aus demselben Buch.

Wichtige Werke Bions sind *Erfahrungen in Gruppen* (1961, deutsch 1971) und *Lernen durch Erfahrung* (1962, deutsch 1990; Zitat S. 146).

Zit. in Wiedemann, W. (2007): *Wilfred Bion*. Gießen (Psychosozial-Verlag), S. 103f.

Zu Sándor Ferenczi siehe Rattner 1990, S. 161–190. Von Ferenczi siehe dessen Buch *Die Elastizität der psychoanalytischen Technik* (1927/28). Siehe ferner Walter, H. (1980): »Sándor Ferenczi«. In Rattner, J. (1984): *Wandlungen der Psychoanalyse*, Wien (Europa-Verlag).

Über Alexander gibt es fast keine Literatur. Brauchbar, aber schwer zu bekommen ist: Collard, Th. (1975): *Franz Alexander. Leben und Werk*. Diss. Universität Mainz. Eine Dissertation von Imke Melcher (Universität Klagenfurt) wird diese Lücke hoffentlich 2013 schließen.

Einige Hinweise zu Otto F. Kernberg entnahm ich Ermann 2010.

Informationen zu Donald Winnicott in: Phillips, A. (2009): *Winnicott*. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht). Ferner: Ermann 2009, S. 87ff. Bücher von Winnicott: *Von der Kinderheilkunde zur Psychoanalyse* (1958, deutsch 1983), *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt* (1965, deutsch 1984) und *Vom Spiel zur Kreativität* (1971, deutsch 1974).

In Spitz, R. (1965): *Vom Säugling zum Kleinkind. Naturgeschichte der Mutter-Kind-Beziehungen im ersten Lebensjahr*, Stuttgart 1996 (Klett-Cotta). Die Originalstudie wurde veröffentlicht als „Hospitalism: An Inquiry into the Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood“, in *The Psychoanalytic Study of the Child*, Bd. 1 (1945).

Bowlby, J. (1969): *Bindung – Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung* (deutsch 1982). Bowlby, J. & Ainsworth, M. (2001): *Frühe Bindung und kindliche Entwicklung*, München/Basel (Reinhardt).

Kohut, H. (1979): *Die Heilung des Selbst*. Frankfurt/Main (Suhrkamp) und *Narzißmus. Eine Theorie der psychoanalytischen Behandlung narzißtischer Persönlichkeitsstörungen*. Frankfurt/Main 1976 (Suhrkamp). Was Heinz Kohut angeht, so habe ich von den Ausarbeitungen meiner Kollegin Katharina Kaminski-Knorr profitiert, die sich in ihrem noch unveröffentlichten Werk über Selbstwertstreben ausführlicher mit Kohut beschäftigte. Schon 1990 hatte sie sich in ihrer Dissertation *Zur Problematik der psychoanalytischen Symbol- und Mythentheorie* mit dem Narziss-Mythus auseinandergesetzt. Auch daraus zitiere ich einige Sätze. Und ich beziehe mich auf mein eigenes Buch *Widerstand und Verdrängung* (Gießen 2011), Kapitel »Ursprünge der Verdrängung: Trauma und Konflikt in der Kindheit und die Rolle der Erziehung«.

Zur Narzissmusdebatte siehe Häsing, Stubenrauch & Ziehe (1979): *Narziß. Ein neuer Sozialisationstypus?* Im Zuge der Diskussion um den Narzissmus haben sich konträre Ansätze entwickelt. Zu den wichtigsten Vertretern der gegenwärtigen Narzissmusdiskussion gehören Jacobson, E. (1978): *Das Selbst und die Welt der Objekte* (Suhrkamp Wissenschaft), Grunberger, B. (2001): *Vom Narzissmus zum Objekt* (Psychosozial-Verlag) und Kernberg, O. & Hartmann, H.-P. (2005): *Narzissmus: Grundlagen, Störungsbilder, Therapie*. Stuttgart (Schattauer).

»Zurück ins Paradies?« ist der Titel einer Schrift, herausgegeben vom Psychoanalytischen Seminar Zürich (1993).

Zu Horney: Paris, B. (2006): *Karen Horney: Leben und Werk*. Gießen (Psychosozial-Verlag). Bernard Paris gelingt es, die Psychoanalytikerin als eine bedeutende Feministin und eine der herausragenden tiefenpsychologischen Theoretikerinnen in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts vorzustellen. Horney's Ansichten von der menschlichen Psyche sind in vier wichtigen Büchern veröffentlicht: *Der neurotische Mensch unserer Zeit* (1937, deutsch 1951); *Neue Wege in der Psychoanalyse* (1939, deutsch 1951); *Unsere inneren Konflikte* (1945, deutsch 1954) und *Neurose und menschliches Wachstum* (1950, deutsch 1975). Zu Horney siehe auch das entsprechende Kapitel in Rattner 1990 sowie in Danzer, G. (2011): *Wer sind wir? Anthropologie im 20. Jahrhundert*. Heidelberg (Springer).

Deutsch, H. (1925): *Psychoanalyse der weiblichen Sexualfunktionen*, Leipzig, Wien, Zürich (Int. Psana. Verlag), S. 91.

Zu Frieda Fromm-Reichmann: Siebenhüner, G. (2005): *Frieda Fromm-Reichmann. Pionierin der analytisch orientierten Psychotherapie von Psychosen*. Gießen (Psychosozial-Verlag), ferner das entsprechende Kapitel in Rattner 1990. Eine größere Biografie veröffentlichte 2000 Gail Hornstein, Psychologieprofessorin aus Massachusetts, USA: *To Redeem One Person Is To Redeem The World*, New York.

Heinz Häfner, emeritierter Ordinarius für Psychiatrie in Heidelberg, hat 2005 das derzeitige Wissen über Schizophrenie in einer auch für Laien verständlichen Weise zusammengestellt: *Das Rätsel Schizophrenie*, München (C.H. Beck).

Zu Otto Rank siehe das entsprechende Kapitel in Josef Rattners *Klassiker der Psychoanalyse* (1990). Die Psychologin Marina Leitner hat im Internet sachkundig über Ranks Entwicklung bis etwa 1927 und die Rank-Freud-Kontroverse geschrieben: <http://www.werkblatt.at/archiv/38Leitner.html> (Stand: 01.02.2013). Zu Rank ein kurzer, treffender Überblick im Internet von James Lieberman: <http://www.enotes.com/rank-reference/rank> (Stand: 31.12.2011). Gegen den Determinismus der frühen Jahre schreibt beispielsweise John T. Bruer (2000) an: *Der Mythos der ersten drei Jahre. Warum wir lebenslang lernen*, Weinheim (Beltz).

Rank, O. (1924): *Das Trauma der Geburt*. Frankfurt/Main 1988 (Fischer-Taschenbuch), S. 26.

Die bislang umfassendste Biografie über Leben und Werk Sullivans verfasste 2005 der italienisch-deutsche Psychoanalytiker Marco Conci: *Sullivan neu entdecken. Leben und Werk Harry Stack Sullivans und seine Bedeutung für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychoanalyse*, Gießen (Psychosozial-Verlag).

Zu Clara Thompson: Thompson, C.M. (1953) »Towards a psychology of women«. *Pastoral Psychology*, 4 (34), S. 29–38. Über Thompson ist im deutschsprachigen Raum aktuell nichts zu finden. Ich musste auf englischsprachige Internethinweise zurückgreifen, unter anderem <http://www.feministvoices.com/clara-thompson/> (Stand: 01.02.2013).



Das Buch *Bedeutende Psychologinnen: Biographien und Schriften* (2002) führt sie nicht auf.

Schultz-Hencke, H. (1940): *Der gehemmte Mensch – Entwurf eines Lehrbuchs der Neopsychoanalyse*. 5., unveränderte Neuauflage, Stuttgart 1982 (Thieme). Josef Rattner (1990) schrieb über Schultz-Hencke, S. 309–338.

Schultz-Hencke, H. (1940): *Der gehemmte Mensch – Entwurf eines Lehrbuchs der Neopsychoanalyse*. 5., unveränderte Neuauflage, Stuttgart 1982 (Thieme), S. 91.

Einen recht guten Überblick über die Anschauungen Balints bietet der Aufsatz von Falzeder, E. (1985): »Primäre Liebe und Grundstörung«, in *Werkblatt – Zeitschrift für Psychoanalyse und Gesellschaftskritik*, Heft 4/5, S. 51ff. Er ist auch im Internet zu finden. Zur Balint-Gruppe: Stucke, W. (1990): *Die Balint-Gruppe*. Köln (Dt. Ärzte-Verlag). Von Balint selbst: Balint, M. (1965): *Die Urformen der Liebe und die Technik der Psychoanalyse*, Frankfurt/Main (am. Original 1956). Zur Theorie der »Grundstörung«: Balint, M. (1968): *Therapeutische Aspekte der Regression*. Reinbek bei Hamburg (am. Original 1968). Eine Zusammenfassung dieses Buches ist im Internet (auf Englisch) zu finden bei Academia.edu: <http://tinyurl.com/c877ke7> (Stand: 01.02.2013).

## Humanistische Psychologie

Einige Informationen stammen aus den empfehlenswerten Seiten vom Netzwerk Psychotherapie: <http://www.psychotherapie-netzwerk.de/> (Stand: 20.09.2010).

Ein weiteres wichtiges Buch Maslows ist: Maslow, A.H. (1977): *Motivation und Persönlichkeit*. Olten (Walter-Verlag).

Rogers, C. (1972): *Die nicht direktive Beratung*. München; am. Original 1942.

Frankl, V.E. (1946): *...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. München 1977 (Kösel).

Perls, F. (1951): *Grundlagen der Gestalt-Therapie. Einführung und Sitzungsprotokolle*. München 1980 (Pfeiffer).

Das Werk Fromms ist gut zugänglich in einer vorbildlich edierten, zehnbändigen Gesamtausgabe (Stuttgart 1981, DVA), herausgegeben von Rainer Funk. Siehe auch Funk, R. (1978): *Mut zum Menschen. Erich Fromms Denken und Werk, seine humanistische Religion und Ethik*. Stuttgart (DVA).

Boss, M. (1971): *Grundriß der Medizin und Psychologie – Ansätze zu einer phänomenologischen Physiologie, Psychologie, Pathologie und Therapie und zu einer daseinsgemäßen Präventiv-Medizin*. Bern, Göttingen, Toronto, Seattle 1975 (Hans Huber); Ders. (1982): *Von der Spannweite der Seele*.

Boss, M. (1971): *Grundriß der Medizin und Psychologie*, Bern 1975 (Hans Huber), S. 454.

Moreno, J.L. (1959): *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*. Stuttgart (Thieme).

Über Wilhelm Reich siehe erneut Rattners *Klassiker der Psychoanalyse* (1990), S. 269–306.

Erik Eriksons Phasenmodell ist bekannt und in vielen Büchern erläutert, sodass hier auf eine detaillierte Beschreibung verzichtet werden kann. Zu Erikson greife ich auf mein eigenes Buch *Gemeinschaftsgefühl. Wertpsychologie und Lebensphilosophie seit Alfred Adler*, Gießen 2012, S. 256ff. zurück. Das Problem der Anpassung wird u.a. behandelt in dem Buch von Elrod et al. (1978): *Der Wolf im Schafspelz – Erikson, die Ich-Psychologie und das Anpassungsproblem*.

Erikson, E. (2005) *Kindheit und Gesellschaft*. 14. Auflage Stuttgart (Klett-Cotta), S. 120..

## Personalismus

Es handelt sich um eine gekürzte Version eines entsprechenden Kapitels aus meinem Buch *Gemeinschaftsgefühl*, Gießen 2012 (Psychosozial-Verlag).

Mounier, E. (1936): *Das personalistische Manifest*, Zürich. Details zu seinem Leben entnahm ich der entsprechenden Wikipedia-Seite (Stand: 10.10.2012).

Lesenswert sind die entsprechenden Passagen zu Scheler in Danzer, G. (2011): *Wer sind wir? Anthropologie im 20. Jahrhundert*. Heidelberg, Berlin (Springer), S. 89ff. Von Scheler selbst: Scheler, M. (1913–1916): *Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik. Neuer Versuch der Grundlegung eines ethischen Personalismus*.

Hartmann, N. (1933): *Das Problem des geistigen Seins: Untersuchungen zur Grundlegung der Geschichtsphilosophie und der Geisteswissenschaften*. 3., unveränderte Auflage, Berlin 1962 (Walter de Gruyter). Details zu seinem Leben und Werk in Danzer, G. (2011): *Wer sind wir? Anthropologie im 20. Jahrhundert*. Heidelberg, Berlin (Springer), S. 45ff.

Zu Josef Rattner: Danzer, G. (1998): *Josef Rattner. Ein Porträt*. Würzburg (Könighausen & Neumann). Von Rattner selbst: Rattner, J. (2003) (zus. m. Danzer, G.): *Erziehung zur Persönlichkeit: Wachsen, lernen, sich entwickeln*. Darmstadt, sowie Rattner, J. (1998): »Gedanken zur Theorie und Therapie der Person«, in: *miteinander leben lernen*, 23. Jg., Heft 6/98, S. 41–52.

Nietzsche stellt die Frage »Was ist vornehm?« als Überschrift dem neunten Hauptstück von *Jenseits von Gut und Böse* (1886) voran. Mit »Pathos der Distanz« benannte Nietzsche eine scharfe Absonderung der herrschenden Menschen von den beherrschten und eine selbstbewusste Einforderung von Privilegien für die herrschende Klasse. Siehe Ladendorf, O. (1906): *Historisches Schlagwörterbuch*. Reprint 1968 (Olms-Verlag).

Zum Personalismus siehe auch Stern, W. (1918): *Grundgedanken der personalistischen Philosophie*, Berlin, und Hart-Peter, Wehner & Grell (Hg.) (2002): *Prinzip Person: Über den Grund der Bildung*, Würzburg.

## Begriffe

### Das Unbewusste

Gödde, G. (2009): *Traditionslinien des Unbewussten. Schopenhauer – Nietzsche – Freud*. Gießen (Psychozial-Verlag). Es gibt kaum ein besseres Werk zu diesem Thema.

Zu Schopenhauer entnahm ich einige Hinweise aus Peter Möllers Philosophielexikon *philolex*, URL: <http://www.philolex.de/schopenh.htm> (Stand: 10.11.2010).

»Wer an Schopenhauer das nach heutigen Maßstäben politisch Unkorrekte,...« ist ein Zitat und stammt von Florian Felix Weyh aus einem DLF-Rundfunkbeitrag über Arthur Schopenhauers Alterswerk *Senilia. Gedanken im Alter* (1852, neu aufgelegt 2010) am 28.10.2010.

Das Werk des Modephilosophen Eduard von Hartmann scheint heute nicht mehr relevant.

Aus *Über Wahrheit und Lüge im außermoralischen Sinne* (1872), 1. Kapitel.

Nietzsche, F. (1882): *Die fröhliche Wissenschaft*, Aphor. 333.

Zu Nietzsche als Entlarver siehe Martin Burger, [http://www.f-nietzsche.de/n\\_burger.htm](http://www.f-nietzsche.de/n_burger.htm) (Stand: 10.11.2010).

Nietzsche, F. (1878) *Menschliches, Allzumenschliches*, Aphor. 398.

Ebda., Aphor. 363.

Die Adler-Zitate stammen aus Adler, A. (1933): *Der Sinn des Lebens*, Frankfurt/Main 1973, S. 25; Adler, A. (1982): *Psychotherapie und Erziehung*. Ausgewählte Aufsätze, Bd. 2. Frankfurt/M., S. 242.

»Gorillas in our midst«: der Film dazu auf Youtube, <http://tinyurl.com/2b27ur5> (Stand: 10.02.2013).

Basisinformationen zu den unterschiedlichen Gedächtnisinhalten: Wikipedia, Stichwort »Gedächtnis« (Stand: 10.02.2012).

Weinrich, H. (2000): *Lethe: Kunst und Kritik des Vergessens*. München (C.H. Beck), S. 7.

Das seltsame »Wissen um Nichtwissen«: Heiss 1984, S. 35ff.

»Wo Es war, soll Ich werden« in Freud, S. (1933): *Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. Studienausgabe Bd. 1, 5. Aufl. Frankfurt/M. 1974, S. 516.

Eccles, J. (1993): *Die Evolution des Gehirns – die Erschaffung des Selbst*. München Zürich, S. 323–328.

Das Adler-Zitat stammt aus seinem Buch *Menschenkenntnis* (1927), Kap. VI/4, Das Unbewusste.

Freud, S. (1916–17): *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. GW XI, S. 294.

Einige Überlegungen zum Bewusstsein stammen von Rattner, J. (1998): »Theorie des Bewußtseins«, in: *miteinander leben lernen*, 23. Jg., Heft 5/1998, S. 27–38.

Über Gedächtnis, Erinnerung und Vergessen: Kotre, J. (1996): *Weißer Handschuhe. Wie das Gedächtnis Lebensgeschichten schreibt*. München (Carl Hanser).

Zum freien Willen: Boeree, C.G. (2007): *Geschichte der Psychologie*, »3.9 Der freie Wille«, URL: <http://www.social-psychology.de/sp/h1/3.9> (Stand: 10.02.2013).

## Traumdeutung

Adler, A. (1927): *Menschenkenntnis*. Göttingen 2007 (Vandenhoeck & Ruprecht), S. 105f.

Freuds Traumdeutung erschien 1900 und erfuhr in der Folge mehrere Auflagen, die im Umfang durch Beispiele immer mehr answollen. Ich beziehe mich auf die 1. Auflage, die 1999 beim S.Fischer-Verlag (Frankfurt/M.) in einem Reprint erschien.

Freud, S. (1940): *Abriß der Psychoanalyse*, GW XVII, S. 97.

Die Kritik Sterns ist vollständig abgedruckt in Mertens, Obrist & Scholpp (2004): *Was Freud und Jung nicht zu hoffen wagten...*, Gießen (Psychozial-Verlag), S. 237f.. Im Übrigen braucht man keine Sekundärliteratur heranzuziehen, um auf die Unhaltbarkeit der Freud'schen Traumtheorie zu stoßen – der gesunde Menschenverstand reicht aus.

Wyss 1961, S. 479.

Zit. in Ellenberger 1985, S. 937.

Walser, M. (1998): *Ein springender Brunnen*, Frankfurt/Main (Suhrkamp), S. 9.

Alfred Adler hat kein eigenes Buch zur Traumdeutung geschrieben. Bemerkungen dazu sind über sein Werk verstreut. Sinnvoller ist es, sich an Hannen zu halten: Hannen, H.-W. (1994): *Alfred Adler im Banne seines Unbewußten*, Weinheim (Dt. Studienverlag), S. 85ff. Adlers Traumtheorie entwickelte sich anhand eines Traumes (des »Mördertraumes«) während seiner Zeit als Militärpsychiater, siehe Mackenthun, G. (2005): »Kriegspsychiatrie und Gemeinschaftsgefühl«, S. 11–13, nachzulesen unter <http://geraldmackenthun.de/aufsätze/> (Stand: 15.02.2013).

Eckerman, J. P. (1836): *Gespräche mit Goethe in den letzten Jahren seines Lebens*, Ditzingen 1994 (Reclam), Kapitel 281.

Cirelli und Tononi haben grundsätzliche Überlegungen zur Funktion des Schlafes veröffentlicht in: Cirelli, C. & Tononi, G. (2008): »Is Sleep Essential?« *PLoS Biol* 6(8): e216. doi: 10.1371/journal.pbio.0060216.

Crick, F. & Mitchison, G. (1983): »The function of dream sleep«. *Nature* 304, S. 1114ff.

Die Wissenschaft vom Traum erlebt zurzeit eine Renaissance, die Literatur darüber ist unüberschaubar geworden. Hier nur *eine* Empfehlung: Wiegand, M., von Spreti, F. &

Förstl, H. (Hg.) (2006) *Schlaf & Traum: Neurobiologie, Psychologie, Therapie*. Stuttgart (Schattauer).

Edelman, G. (1993): *Unser Gehirn, ein dynamisches System*, München (Piper), und ders. (2002): *Gehirn und Geist. Wie aus Materie Bewusstsein entsteht*. München (C.H. Beck).

Hall, C. & Nordby, V. (1972): *The Individual and his Dreams*, New York.

Strauch, I. & Meier, B. (2004): *Den Träumen auf der Spur. Zugang zur modernen Traumforschung*. Bern (Hans Huber).

Jan Philipp Reemtsma in Adorno, Th.W. (2005): *Traumprotokolle*. Frankfurt/M. (Suhrkamp).

Yalom, I. (1998): *Die rote Couch*. München (Goldmann), S. 538f.

## Übertragung und Gegenübertragung

Freud, S. (1905e): »Bruchstück einer Hysterie-Analyse«. GW V, S. 279f.

Freud, S. (1910d): »Die zukünftigen Chancen der psychoanalytischen Therapie«, GW VIII, S. 108.

Laplanche, J. & Pontalis, J.-B. (1973): *Das Vokabular der Psychoanalyse*, Frankfurt/M. (Suhrkamp), S. 164 und S. 551ff.

Freud, S. (1917): *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. GW XI, S. 473.

Versagung, Abstinenz: Freud, S. (1915): *Bemerkungen über die Übertragungsliebe*. GW X, S. 323–335.

Schmidt, R. (1995): *Kausalität, Finalität und Freiheit. Perspektiven der Individualpsychologie*, München, Basel (Reinhardt), S. 189f.

Greenson, R. (1981): *Technik und Praxis der Psychoanalyse*. Stuttgart (Klett), S. 357f. und Körner, J. (1990): »Übertragung und Gegenübertragung, eine Einheit im Widerspruch«, in: *Forum der Psychoanalyse*, Heft 6, S. 87–104.

In den Schlussabsätzen stütze ich mich auf Rattner/Danzer 2000, S. 217–226.

Leon Wurmser berichtet von einer 915-stündigen (!) Therapie über einen Zeitraum von sechseinhalb Jahren in *Das Rätsel des Masochismus*, Berlin, Heidelberg, New York (Springer), S. 336ff. Zeitweilig wurde die Analyse des jungen Patienten durch eine Verhaltenstherapie ergänzt, weil die Analyse allein keine Veränderung mit sich brachte. Über die Finanzierung dieser in den USA durchgeführten Therapie wird nichts mitgeteilt.

## Widerstand und Verdrängung

Miller, A. (1987): *Zeitkurven. Ein Leben*. Frankfurt/M. (Fischer-TB).

Ich habe ein umfangreiches Buch zu *Widerstand und Verdrängung* geschrieben (Gießen 2012, Psychosozial-Verlag), welches ich hier auf wenigen Seiten zusammenfasse. In

dem Buch finden sich ausführliche Literaturangaben, die hier nicht alle wiederholt zu werden brauchen.

Nietzsche, F. (1886): *Jenseits von Gut und Böse*. Viertes Hauptstück, Aphor. 68.

Freud, S. (1916-17) *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*, GW XI, S. 304.

Freud, S. (zus. m. Breuer, J.) (1893a) »Über den psychischen Mechanismus hysterischer Phänomene«. GW I, S. 86.

Freud, S. (1926e) *Die Frage der Laienanalyse*. GW XIV, S. 254.

Widerstand aus anthropologischer Sicht: Seidmann, P. (1974): *Der Mensch im Widerstand. Studien zur anthropologischen Psychologie*. Bern, München (Francke), u.a. S. 133.

Eine moderne Konzeption von Verdrängung vertreten z.B. Reimer/Rüger (2006), S. 40f. Es mehren sich Zweifel, ob Verdrängung im Sinne Freuds überhaupt existiert. In der angelsächsischen Literatur wird das unter dem Begriff *repression* diskutiert; Literaturangaben dazu im Wikipedia-Eintrag »Verdrängung (Psychoanalyse)« (Stand: 10.02.2013).

Bonanno, G.A. et al. (1995): »When avoiding unpleasant emotions might not be such a bad thing«, in *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 69(5), S. 975–989 und Bonanno, G.A. (2012): *Die andere Seite der Trauer: Verlustschmerz und Trauma aus eigener Kraft überwinden*. Bielefeld (Edition Sirius).

## Lebensaufgaben

Adler hatte die drei Lebensbereiche nie systematisch entwickelt. Hinweise dazu finden sich über sein Werk verstreut, u.a. im Vorwort von *Der Sinn des Lebens*, in Adler, A. (2008b): Studienausgabe Bd. 6: *Der Sinn des Lebens* (1933b) und *Religion und Individualpsychologie* (1933c). Hg. von Reinhard Brunner und Ronald Wiegand. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht), S. 24 und 26.

»Zur Theorie der Halluzinationen« (1912) in Adler, A. (2007a): Studienausgabe Bd. 1: *Persönlichkeit und neurotische Entwicklung. Frühe Schriften (1904–1912)*. Hg. von Al-muth Bruder-Bezzel. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht), S. 264.

Die Zitate aus *Menschenkenntnis* stammen aus Adler, A. (2007b): Studienausgabe Bd. 5: *Menschenkenntnis* (1927a). Hg. von Jürg Ruedi. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht), S. 117 und S. 129.

Zum Liebesproblem: Adler, *Sinn des Lebens* (1933), in Adler, A. (2008b): Studienausgabe Bd. 6: *Der Sinn des Lebens* (1933b) und *Religion und Individualpsychologie* (1933c), S. 48/49.

Gontscharow, I. (russ. 1859): *Oblomow*, München 1980 (DTV), S. 104.

Adlers Seitensprung wurde unbeabsichtigt offenbart durch eine 1995 veröffentlichte Biografie von Else Freistadt-Herzka, die zeitweise Mitarbeiterin und Geliebte Adlers war: Uehle-Stauffer, B. (1995): *Mein Leben leben. Else Freistadt-Herzka 1899 bis 1953*. Wien (Passagen Verlag).

Zur Gemeinschaftlichkeit: Adler, *Sinn des Lebens* (1933) in Adler, A. (2008b): Studienausgabe Bd. 6: *Der Sinn des Lebens* (1933b) und *Religion und Individualpsychologie* (1933c). Hg. von Reinhard Brunner und Ronald Wiegand. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht), S. 41, 46 und 107.

Die Relativierung der absoluten Du- und Gemeinschaftsbezogenheit erfolgte in Adler, A. (1979): *Wozu leben wir?* Frankfurt/M. (Fischer-Taschenbuch), S. 63, und in *Der Sinn des Lebens* (1933), 2008b, S. 170.

Zur Kritik des Gemeinschaftsgefühls: Kunz, H. (1928): »Zur grundsätzlichen Kritik der Individualpsychologie Adlers«, *Zeitschrift für die gesamte Neurologie und Psychiatrie*, Band 116, Heft 5, Berlin, S. 700–766.

Schulze-Maizier, F. (1926): »Individualpsychologie und Religion«, in: Wexberg, E. (Hg.) (1926): *Handbuch der Individualpsychologie*, Bd. 1 und 2. Reprint Amsterdam 1966 (E.J. Bonset), S. 40ff.

Rattner, J. & Danzer, G. (2011): *Persönlichkeit braucht Tugenden. Positive Eigenschaften für eine moderne Welt*. Heidelberg, Berlin (Springer Verlag), S. 117.

Zur Kultur als vierte Lebensaufgabe: »Grundbegriffe der Individualpsychologie« (1930), in: Adler, A. (1982): *Psychotherapie und Erziehung. Ausgewählte Aufsätze Bd. 2: 1930–1933*. Frankfurt/M., S. 26.

Zur Individuation: Fromm, E. (1941): *Furcht vor der Freiheit*, Kap. 2 »Das Doppelgesicht der Freiheit«, oder Rattner, J. (1997): »Vier subjektive Lebensaufgaben«, in *miteinander leben lernen*, 22. Jg., Heft 1, S. 39–50, und ders. (2006): »Die Lebensaufgaben«, in (zus. mit Danzer, G.): *Selbstverwirklichung*. Würzburg (Königshausen & Neumann), S. 19–27.

Maurice Merleau-Ponty wird zitiert in Rattner, J. & Danzer, G. (2007): *Psychosomatik und Psychohygiene*. Würzburg (Königshausen & Neumann), S. 139.

Hoffmann wird zitiert in Bergdolt, K. (1999): *Leib und Seele. Eine Kulturgeschichte des gesunden Lebens*. München (C.H. Beck), S. 252.

## Individuation

Jung, C.G. (1928): *Die Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewußten*. Zweiter Teil: Die Individuation. G.W. Bd. 7 (»Zwei Schriften über Analytische Psychologie«, S. 183ff.), ferner Jung, C.G. (1931): *Die Lebenswende*. G.W. Bd. 8, »Die Dynamik des Unbewussten«, Abschnitt XVI, S. 425–442.

Zur Therapie siehe Jung, »Allgemeine Probleme der Psychotherapie«, G.W. Bd. 6, Erster Teil. Zum Zusammenhang von Therapie und Religiosität siehe Jung, C.G. (1932):

Über die Beziehung der Psychotherapie zur Seelsorge. G.W. Bd. 11 (»Zur Psychologie westlicher und östlicher Religion«, Abschnitt V).

## Hermeneutik

Jean Grondin (2001) schreibt Grundsätzliches über Hermeneutik: *Einführung in die philosophische Hermeneutik*. 2. überarbeitete Auflage, Darmstadt.

Dilthey, W. (1910): *Der Aufbau der geschichtlichen Welt in den Geisteswissenschaften*, Frankfurt/M. 1970 (Suhrkamp), S. 235.

Das Zitat von Gadamer findet sich in Gadamer, H.-G. (1960): *Wahrheit und Methode*. In: Gesammelte Werke Bd.1: Hermeneutik I: Wahrheit und Methode: Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik, Tübingen 1990 (Mohr Siebeck), S. 366.

Zur Theorie und therapeutischen Praxis des Verstehens verfasste Rüdiger Schlott 1993 eine Dissertation (Berlin, Verlag für Tiefenpsychologie). Allerdings bezieht er sich hauptsächlich auf die Individualpsychologie Alfred Adlers. Grundlegend zur »Verstehenden Tiefenpsychologie« und zur Hermeneutik: Rattner, J. (2009) (zus. mit Danzer, G.): *Hermeneutik und Psychoanalyse. Das Verstehen als Lebensaufgabe, Wissenschaftsmethode und Fundamentalethos*. Enzyklopädie der Psychoanalyse Bd. 1. Würzburg (Königshausen & Neumann).

## Therapie

Zur Therapie in der Psychoanalyse: Ellenberger 1985, S. 717–727.

Über die Therapie von Hirst siehe Lynn, D.J. (1997): »Sigmund Freud's Psychoanalysis of Albert Hirst«. *Bulletin of the History of Medicine*, Volume 71, no.1, S. 69–93.

Ellenberger 1985, S. 727.

Zur Therapie in der Individualpsychologie: Ellenberger 1985, S. 824–839. Siehe auch *Handbuch der Individualpsychologie* von Wexberg 1926, S. 459.

Zur Therapie in der Analytische Psychologie: Ellenberger 1985, S. 958–966.

Freud, A. (1936): *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. Wien (Int. Psychoanal. Verlag), S. 8. Eine Tabelle von Abwehrmechanismen findet sich zum Beispiel in Ruch, F.L. & Zimbardo, P.G. (1974): *Lehrbuch der Psychologie*. Berlin, Heidelberg, New York (Springer), S. 368. Diese Tabelle führt nicht auf: Affektisolierung, altruistische Wunschartretung, Idealisierung, projektive Identifikation, Intellektualisierung, Konversion, Somatisierung, Spaltung und Wendung von Aggression gegen das eigene Selbst. Ausführlicher ist die Abwehrmechanismen-tabelle in Leichsenring, F. et al. (2006): *Lehrbuch der Psychotherapie*, Bd. 2, Psychoanalytische und tiefenpsychologisch fundierte Therapie, 3. Auflage München, S. 17.



Das Konfliktmodell wird in der zunehmend einflussreichen Operationalisierten Psychodynamischen Diagnostik (OPD), die in Konkurrenz (oder Ergänzung) zur International Classification of Diseases (ICD) tritt, vertreten.

Adler propagierte die Kernthese von der Einheit der Person mit derartigem Eifer, dass der Eindruck entsteht, es handele sich nicht um die sachliche Feststellung eines Tatbestands, sondern um die Verkündung eines Seinsollenden oder um eine Arbeitshypothese, dessen Vorhandensein in der Realität des Alltags für ihn gesichert schien. Die Einheit der Person scheint von Adlers theoretischen Interessen geprägt, nicht vom Erkennen eines wahren Wesens des Menschen.

Zur Traumatherapie siehe beispielsweise Gerd Rudolf 2010. Ferner Sachsse, U., Özkan, I. & Streeck-Fischer, A. (Hg.)(2002): *Traumatherapie – Was ist erfolgreich?* 2. Auflage Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht).

Zu Modi der Verarbeitung beispielsweise Mentzos, S. (2009): *Lehrbuch der Psychodynamik. Die Funktion der Dysfunktionalität psychischer Störungen*. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht).

Hans Selye gilt als der Entdecker und Erstbeschreiber des Stress-Syndroms. Selye, H. (1990): *Streß, mein Leben. Erinnerungen eines Forschers*. Reinbek (Kindler). Selye, H. (1991): *Streß beherrscht unser Leben*. München (Heyne).

Beck, A. & Freeman, A. (1993): *Kognitive Therapie der Persönlichkeitsstörung*. Weinheim (Beltz PsychologieVerlagsUnion),

Über die segensreiche Kombination von Psychotherapie und Psychopharmaka: Luborsky, L. et al. (1975) »Comparative Studies of Psychotherapies: Is it True That ›Everyone Has Won and All Must Have Prizes‹?«, in: *Archives of General Psychiatry*, 32, 1975, S. 1004ff. Die Kunstworte Neurochem und Neurochat haben sich offenbar noch nicht durchgesetzt.

Zu Klaus Grawe siehe u.a. <http://www.psychotherapie.org/klaus/ref-grawe-2.html> (Stand: 10.02.2013).

Ein Beispiel für Eklektizismus in der Therapie ist PITT, die Psychodynamisch-Imaginative Traumatherapie. PITT integriert Elemente der Psychoanalyse mit solchen aus der kognitiven Verhaltenstherapie und imaginativen Verfahren sowie den Prinzipien der Achtsamkeitsmeditation und der Selbstregulation. PITT wurde bekannt durch Luise Reddemann (Klinik für Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin des Evang. Krankenhauses Bielefeld).

Zur »Heutigen Therapie« siehe die Einleitungskapitel von Wöller, W. & Kruse, J. (2010), S. 3–52, ferner Bräutigam, W. (2003): *Psychotherapie. Neue Grundlagen – Neue Wege*. Weinheim, Basel, Berlin (Beltz Verlag).

Meines Wissens gibt es noch keine Studien zu den Anforderungen an einen »guten Patienten«, sieht man von der Compliance ab.

Freud, S. (1926e): *Die Frage der Laienanalyse*. GW XIV, S. 228.

Zu Therapieziele: Mertens, W. (1991): *Einführung in die psychoanalytische Therapie*, Bd. 1–3, Stuttgart, Berlin, Köln (Kohlhammer), Bd. 1, S. 131–136. In der Individualpsychologie haben sich unter anderem die Adler-Schüler und -Nachfolger Pongratz, Brunner und Antoch mit der Therapiezielfrage befasst. Siehe auch Fürstenau, P. (1992): *Entwicklungsförderung durch Therapie*, München (Pfeiffer).

## Ausblick

### 125 Jahre Tiefenpsychologie: Was hat es gebracht?

Die Idee zu diesem Kapitel wurde angestoßen von: Hillman, J. & Ventura, M. (1993): *Hundert Jahre Psychotherapie – und der Welt geht's immer schlechter*. Düsseldorf Solothurn (Walter-Verlag). Im Übrigen ein Buch, das sich nicht zu lesen lohnt.

Sennett, R. (1977): *Verfall und Ende des öffentlichen Lebens. Die Tyrannei der Intimität*. Frankfurt/M. 1986 (Fischer-Taschenbuch).

Plessner, H. (1924): *Grenzen der Gemeinschaft. Eine Kritik des sozialen Radikalismus*. Frankfurt/M. 2001 (Suhrkamp-Taschenbuch).

Gay, P. (1995): *Die Moderne: Eine Geschichte des Aufbruchs*. Übersetzt von Michael Bischoff. Frankfurt/M. 2009 (S.Fischer).

Zit. in März, F. (1980): *Problemgeschichte der Pädagogik*. Band II. Pädagogische Anthropologie 2. Teil. Bad Heilbronn (Julius Klinkhard), S. 112.

Über Literatur und Psychoanalyse: Kory, B. (2007): *Im Spannungsfeld zwischen Literatur und Psychoanalyse*. Stuttgart (ibidem-Verlag).

Gebhardt, M. (2002): *Sünde, Seele, Sex. Das Jahrhundert der Psychologie*. München (DVA). Ein diskussionswürdiges Buch; mehrere Gedanken in diesem Kapitel stammen daraus.

# Anerkannte psychotherapeutische Methoden im deutschen Sprachraum

Quelle: <http://www.psychotherapiepraxis.at/therapiemethoden.phtml>, Version vom 10.11.2010.

<b>Methode</b>			
----------------	---	---	---

Systemischer / Kurzzeittherapeutisch / Lösungsorientierter) Ansatz

[Systemische Psychotherapie](#) /

[Systemische Familientherapie](#) (Bateson, de Shazer, Luhmann, Watzlawick & Co.)



Tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung / Psychoanalytische Methoden

(Schwerpunkte: Unbewusstes, Übertragung/Gegenübertragung)

[Analytische Psychotherapie](#) (Carl G. Jung)



[Gruppenpsychoanalyse](#) (Bion / Foulkes)



[Individualpsychologie](#) (Alfred Adler)



[Psychoanalyse](#) (Sigmund Freud)



Tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung /  
Tiefenpsychologisch fundierte Methoden:

[Autogenes Training](#) (Johannes H. Schultz)



[Daseinsanalyse](#) (L. Binswanger / M. Boss)



<a href="#"><u>Dynamische Gruppenpsychotherapie</u></a> (Raoul Schindler)	★	★
<a href="#"><u>Hypnotherapie (Hypnose bzw. Hypnosepsychotherapie)</u></a> (Milton Erickson)	★	<sup>1</sup> ★
<a href="#"><u>Katathym-Imaginative Psychotherapie (Katathymes Bilderleben)</u></a> (Hanscarl Leuner)	★	★ ★
<a href="#"><u>Konzentrierte Bewegungstherapie</u></a> (Helmut Stolze / E.Gindler)	★	
<a href="#"><u>Transaktionsanalytische Psychotherapie (Transaktionsanalyse)</u></a> (Eric Berne)	★	★
<a href="#"><u>Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie</u></a> (theoret.Konzept: vgl. Psychoanalyse)		★ ★
<b>Kombinatorisch:</b>		
<a href="#"><u>Neurolinguistisches Programmieren</u></a> (P. Schütz / Bandler & Grinder)	★	
<a href="#"><u>Integrative Therapie</u></a> (Schwerpunkt in Gestaltpsychotherapie, Psychodrama und Integrativer körperorientierter Psychotherapie, nach Hilarion Petzold & Co.)	★	★
<b>Humanistisch-existenzielle Orientierung</b> (Grundlagen im Sinne der Existenzphilosophie und Humanistischen Psychologie):		
<a href="#"><u>Existenzanalyse und Logotherapie</u></a> (Viktor Frankl)	★	★
<a href="#"><u>Gestalttheoretische Psychotherapie</u></a> (Hans J. Walter)	★	
<a href="#"><u>Integrative Gestalttherapie</u></a> (Fritz Perls / P. Goodman)	★	★
<a href="#"><u>Klientenzentrierte Gesprächstherapie</u></a>	★	
<a href="#"><u>Personzentrierte Gesprächstherapie</u></a> (Carl R. Rogers)	★	<sup>2</sup> ★

Psychodrama (Jacob L. Moreno)

## Verhaltenstherapeutische Orientierung:


Verhaltenstherapie (F. Kanfer / A. Ellis /..)


## Körperorientierte Methoden:

Bioenergetische Analyse und Therapie (Alexander Lowen)Biosynthese (David Boadella)Integrative Körperpsychotherapie Jack L. RosenbergKlientenzentrierte Gesprächs- (s.o.) und KörperpsychotherapieKörperorientierte Psychotherapie


## Kunst- und Ausdrucksorientierte Therapien:

Kunst- und Ausdrucksorientierte Therapie

 Österreich: Psychotherapeuten müssen hier nicht unbedingt Psychologen oder Ärzte sein. Für ihre Anerkennung müssen sie eine Ausbildung in einer der anerkannten Methoden bei einem der akkreditierten Ausbildungsvereine abgeschlossen haben.

 Deutschland: Psychotherapeuten müssen über eine staatliche Anerkennung in diesem Beruf (Ausbildung in einer der wenigen dort anerkannten Methoden) sowie über ein abgeschlossenes Studium der Psychologie oder Medizin verfügen, Psychologen und Heilpraktiker sich nur eingeschränkt psychotherapeutisch betätigen. Das Studium benötigen Psychologische Psychotherapeuten und (Fach-) Ärzte mit entsprechender Zusatzausbildung; Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten benötigen ein Diplom in den Studiengängen Psychologie, Pädagogik oder Sozialpädagogik.

Durch die Krankenkassen anerkannt sind lediglich Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (Kurztherapie), Dynamische Psychotherapie, Psychoanalyse (nach Sigmund Freud, C.G. Jung oder Alfred Adler), sowie Verhaltenstherapie. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung und Hypnose können als Einzelbehandlung genehmigt und finanziert werden.

 Schweiz: die Zulassung zur psychotherapeutischen Tätigkeit sowie eine Anerkennung durch die Krankenkassen ist in den einzelnen Kantonen der Schweiz unterschiedlich gelöst. Zusammenfassend läßt sich sagen, daß für die Tätigkeit als Psychotherapeut fast in allen Kantonen entweder ein humanwissenschaftliches Grundstudium oder ein Psychologiestudium sowie der Abschluss einer „anerkannten Psychotherapie-Ausbildung“ (welche dann zur

Anerkennung durch einen der wichtigen Verbände (CHARTA, SPV, SBAP oder FSP) führt, zum Erhalt der notwendigen Praxisbewilligung für psychotherapeutische Berufstätigkeit vorausgesetzt wird.

<sup>1</sup> nur Einzeltherapie, nur Erwachsene, Durchführung nur durch Mediziner

<sup>2</sup> nur Einzeltherapie, nur Erwachsene, keine Krankenkassen-Finanzierung

## Weitere Bücher vom Autor

Mackenthun, G. (2013): *Grundlagen der Tiefenpsychologie*.

Gießen (Psychosozial-Verlag), ca. 350 S., 39,90 Euro (D)

ISBN: 978-3-8379-2285-1

Mackenthun, G. (2012): *Gemeinschaftsgefühl.  
Wertpsychologie und Lebensphilosophie seit Alfred Adler*.

Gießen (Psychosozial-Verlag), ca. 520 S., 49,90 Euro (D)

ISBN: 978-3-8379-2148-9

Mackenthun, G. (2011): *Widerstand und Verdrängung.  
Ursprung und Neuinterpretation zweier Schlüsselbegriffe der Tiefenpsychologie*.

Gießen (Psychosozial-Verlag), 469 S., 49,90 Euro (D)

ISBN: 978-3-8379-2049-9

Lévy, A. & Mackenthun, G. (Hg. 2002): *Gestalten um Alfred Adler:  
Pioniere der Individualpsychologie*.

Würzburg (Königshausen und Neumann), 332 S., 25,00 Euro,

ISBN-13: 978-3826021565

Mackenthun, G. (Hg. 2000): *Verständnis und Mitgefühl:  
Vorträge und Essays zur tiefenpsychologischen Kulturanalyse und Psychosomatik*.

Würzburg (Königshausen und Neumann), 228 S., 20,50 Euro,

ISBN-13: 978-3826018060

Kaminski, K. & Mackenthun, G. (1997): *Individualpsychologie – Grundbegriffe, Individualpsychologie als angewandte Ethik, Psychotherapie, Charakterkunde*.

Würzburg (Königshausen und Neumann), 251 S., 25,00 Euro,

ISBN-13: 978-3826013249

**„Wo Es war, soll Ich werden.“**

Sigmund Freuds Lebenswerk gehört zu den größten wissenschaftlichen Leistungen des 19. und 20. Jahrhunderts. In seiner Wirkung kann er verglichen werden mit Albert Einstein, Kopernikus und Charles Darwin. Die Psychoanalyse hat die Vorstellungen vom Menschen epochal beeinflusst und im Denken der Gegenwart tiefe Spuren hinterlassen. Bis in das Alltagsleben hinein zeigen sich Auswirkungen der geistigen Revolution, die mit dem Namen Freud, Adler und Jung verknüpft sind.

Seitdem hat sich die Tiefenpsychologie vielfältig verzweigt. Wenig von dem, was die Gründerväter formulierten, hat Bestand, vieles wurde verworfen, erweitert, neu entdeckt und anders definiert. Ihre fragwürdigen Verallgemeinerungen wurden durch den gesunden Menschenverstand und eine unvoreingenommene Neugier in eine kaum überschaubare Differenziertheit möglicher Denkformen und Erklärungsansätzen aufgelöst. Zentral sind nicht mehr das Charisma überwältigender Therapeuten und Forscher, sondern die Entwicklungschancen der Patienten. Statt eines einzigen Behandlungsansatzes kommt eine Vielzahl von Verfahren zum Zuge. Die tiefenpsychologische Therapie wird heute kürzer und zielgerichteter durchgeführt.

Das Buch richtet sich an Studierende der Psychologie und andere Interessierte, die einen ersten Überblick über das höchst lebendige Fach Tiefenpsychologie erhalten möchten. Das Buch nähert sich dem Thema von mehreren Seiten: seinen gemeinsamen Grundlagen, seinen wichtigsten Vertretern und seinen zentralen Begriffen.



Gerald Mackenthun war 25 Jahre Wissenschaftsjournalist. Seit 2005 arbeitet er als niedergelassener Psychotherapeut. Zahlreiche Veröffentlichungen aus den Bereichen Tiefenpsychologie, Psychoanalyse, Politik und Risikoforschung.

© G. Mackenthun, Berlin 2013  
Das Buch ist nicht im Handel erhältlich.