

Psychoanalyse im 21. Jahrhundert

Klinische Erfahrung, Theorie, Forschung, Anwendungen

Wolfgang Mertens

Psychoanalytische Behandlungstechnik

Konzepte und Themen
psychoanalytisch begründeter
Behandlungsverfahren

2., erweiterte Auflage

Kohlhammer

Kohlhammer

Psychoanalyse im 21. Jahrhundert

Klinische Erfahrung, Theorie, Forschung, Anwendungen

Herausgegeben von Cord Benecke, Lilli Gast,
Marianne Leuzinger-Bohleber und Wolfgang Mertens

Berater der Herausgeber

Ulrich Moser, Henric Parens, Christa Rohde-Dachser,
Anne-Marie Sandler, Daniel Widlöcher

Eine Übersicht aller lieferbaren und im Buchhandel angekündigten
Bände der Reihe finden Sie unter:



<https://shop.kohlhammer.de/psychoanalyse-21>

Der Autor

Prof. em. Dr. Wolfgang Mertens war von 1982 bis 2011 Professor für Klinische Psychologie und Psychoanalyse am Department für Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität München. Er ist Psychoanalytiker und psychoanalytischer Psychotherapeut (DGPT) und war viele Jahre als Dozent, Lehranalytiker und Supervisor der Akademie für Psychoanalyse und Psychotherapie München e. V. tätig.

Wolfgang Mertens

Psychoanalytische Behandlungstechnik

Konzepte und Themen psychoanalytisch
begründeter Behandlungsverfahren

2., erweiterte Auflage

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

2., erweiterte Auflage 2023

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-042344-2

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-042345-9

epub: ISBN 978-3-17-042346-6

Geleitwort zur Reihe

Die Psychoanalyse hat auch im 21. Jahrhundert nichts von ihrer Bedeutung und Faszination verloren. Sie hat sich im Laufe ihres nun mehr als einhundertjährigen Bestehens zu einer vielfältigen und durchaus auch heterogenen Wissenschaft entwickelt, mit einem reichhaltigen theoretischen Fundus sowie einer breiten Ausrichtung ihrer Anwendungen.

In dieser Buchreihe werden die grundlegenden Konzepte, Methoden und Anwendungen der modernen Psychoanalyse allgemeinverständlich dargestellt. Worin besteht die genuin psychoanalytische Sichtweise auf Forschungsgegenstände wie z. B. unbewusste Prozesse, Wahrnehmen, Denken, Affekt, Trieb/Motiv/Instinkt, Kindheit, Entwicklung, Persönlichkeit, Konflikt, Trauma, Behandlung, Interaktion, Gruppe, Kultur, Gesellschaft u. a. m.? Anders als bei psychologischen Theorien und deren Überprüfung mittels empirischer Methoden ist der Ausgangspunkt der psychoanalytischen Theoriebildung und Konzeptforschung in der Regel zunächst die analytische Situation, in der dichte Erkenntnisse gewonnen werden. In weiteren Schritten können diese methodisch trianguliert werden: durch Konzeptforschung, Grundlagenforschung, experimentelle Überprüfung, Heranziehung von Befunden aus den Nachbarwissenschaften sowie Psychotherapieforschung.

Seit ihren Anfängen hat sich die Psychoanalyse nicht nur als eine psychologische Betrachtungsweise verstanden, sondern auch kulturwissenschaftliche, sozialwissenschaftliche sowie geisteswissenschaftliche Perspektiven hinzugezogen. Bereits Freud machte ja nicht nur Anleihen bei den Metaphern der Naturwissenschaft des 19. Jahrhunderts, sondern entwickelte die Psychoanalyse im engen Austausch mit geistes- und kul-

turwissenschaftlichen Erkenntnissen. In den letzten Jahren sind vor allem neurowissenschaftliche und kognitionspsychologische Konzepte und Befunde hinzugekommen. Dennoch war und ist die klinische Situation mit ihren spezifischen Methoden der Ursprung psychoanalytischer Erkenntnisse. Der Blick auf die Nachbarwissenschaften kann je nach Fragestellung und Untersuchungsgegenstand bereichernd sein, ohne dabei allerdings das psychoanalytische Anliegen, mit spezifischer Methodik Aufschlüsse über unbewusste Prozesse zu gewinnen, aus den Augen zu verlieren.

Auch wenn psychoanalytische Erkenntnisse zunächst einmal in der genuin psychoanalytischen Diskursebene verbleiben, bilden implizite Konstrukte aus einschlägigen Nachbarwissenschaften einen stillschweigenden Hintergrund wie z. B. die derzeitige Unterscheidung von zwei grundlegenden Gedächtnissystemen. Eine Betrachtung über die unterschiedlichen Perspektiven kann den spezifisch psychoanalytischen Zugang jedoch noch einmal verdeutlichen.

Der interdisziplinäre Austausch wird auf verschiedene Weise erfolgen: Zum einen bei der Fragestellung, inwieweit z. B. Klinische Psychologie, Entwicklungspsychologie, Entwicklungspsychopathologie, Neurobiologie, Medizinische Anthropologie zur teilweisen Klärung von psychoanalytischen Kontroversen beitragen können, zum anderen inwieweit die psychoanalytische Perspektive bei der Beschäftigung mit den obigen Fächern, aber auch z. B. bei politischen, sozial-, kultur-, sprach-, literatur- und kunstwissenschaftlichen Themen eine wesentliche Bereicherung bringen kann.

In der Psychoanalyse fehlen derzeit gut verständliche Einführungen in die verschiedenen Themenbereiche, die den gegenwärtigen Kenntnisstand nicht nur klassisch freudianisch oder auf eine bestimmte Richtung bezogen, sondern nach Möglichkeit auch richtungsübergreifend und Gemeinsamkeiten aufzeigend darstellen. Deshalb wird in dieser Reihe auch auf einen allgemein verständlichen Stil besonderer Wert gelegt.

Wir haben die Hoffnung, dass die einzelnen Bände für den psychotherapeutischen Praktiker in gleichem Maße gewinnbringend sein können

wie auch für sozial- und kulturwissenschaftlich interessierte Leser, die sich einen Überblick über Konzepte, Methoden und Anwendungen der modernen Psychoanalyse verschaffen wollen.

Die Herausgeberinnen und Herausgeber
Cord Benecke, Lilli Gast,
Marianne Leuzinger-Bohleber und Wolfgang Mertens

Inhalt

Geleitwort zur Reihe	5
Vorwort	15
1 Veränderungen in der Theorie der psychoanalytisch begründeten Verfahren	17
1.1 Terminologisches	18
1.2 Veränderungen	23
1.2.1 Veränderungen in der Persönlichkeitstheorie der Psychoanalyse	25
1.2.2 Veränderungen in der psychoanalytischen Entwicklungspsychologie	26
1.2.3 Veränderungen in der Allgemeinen und Speziellen Krankheitslehre	27
1.2.4 Veränderungen in der psychoanalytischen Theorie der Behandlung	28
1.3 Anstöße von anderen Disziplinen	33
1.3.1 Aus den Sozial- und Kulturwissenschaften ...	34
1.3.2 Aus der Linguistik	35
1.3.3 Aus der Philosophie	35
1.3.4 Aus Neurowissenschaft und Cognitive Science	36

2	Freie Assoziation und gleichschwebende Aufmerksamkeit: Methoden des psychoanalytischen Standardverfahrens	39
2.1	Psychoanalyse als Behandlungsmethode	41
2.2	Freie Assoziation und gleichschwebende Aufmerksamkeit – mittlerweile überholt oder nach wie vor wertvoll?	43
2.2.1	Freie Assoziation: Methode der Selbstbeobachtung und Grundregel mit interaktivem Bezug	45
2.2.2	Was leistet die freie Assoziation?	48
2.2.3	Komplikationen – häufig zu Behandlungsbeginn	51
2.2.4	Die Angst des Analytikers vor der psychoanalytischen Methode	56
2.2.5	Seine eigenen Geschichten erzählen können	58
2.2.6	Differenzierungen	59
2.3	Gleichschwebende Aufmerksamkeit und andere Modi des Zuhörens	61
2.3.1	Gleichschwebende Aufmerksamkeit	61
2.3.2	Statt des Hörens mit dem dritten Ohr die konzentrierte Beobachtung des Assoziationsflusses – Zur Prozessanalyse von Paul Gray	64
2.3.3	Empathie in Form stellvertretender Introspektion	66
2.3.4	Intersubjektives Zuhören	69
2.3.5	Vor- und Nachteile der jeweiligen Modi des Zuhörens	71
2.4	Freie Assoziation und Zuhören: Künstliche Gesprächsform oder unschätzbare Erkenntnisinstrument?	73
2.5	Unterschiede zwischen Psychoanalyse, analytischer Psychotherapie und tiefenpsychologisch fundierter Therapie	75

3	Psychoanalytisch begründete Therapieverfahren – ein Überblick	81
3.1	Welche Patienten behandeln Psychoanalytiker gegenwärtig?	83
3.2	Psychoanalyse als hochfrequentes Standardverfahren	87
3.3	Überblick über psychoanalytisch begründete Therapieverfahren	88
3.4	Abgrenzungen und Missverständnisse: Überflüssige oder notwendige Stadien eines Professionalisierungsprozesses?	91
4	Diagnostik und Indikation	96
4.1	Diagnostik	97
4.2	Indikationsentscheidungen	100
4.2.1	Diskussion	103
4.2.2	Die Vielfalt diagnostischer Einschätzungen ..	104
4.2.3	Zum Problem der Geltungsbegründung diagnostischer Eindrücke	107
4.3	Zur Indikationsstellung – was ist zu beachten?	109
4.3.1	Indikation für eine Therapie nach den Psychotherapie-Richtlinien?	109
4.3.2	Therapie: Ja oder nein?	111
4.3.3	Kognitiv behaviorale Verfahren oder psychoanalytisch begründete Verfahren?	111
4.3.4	Analytische Psychotherapie oder tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie?	114
4.3.5	Weitere Indikationen	121
4.4	Schwierige Entscheidungen	121
5	Von der Oberfläche in die Tiefe	126
5.1	Die Oberfläche als Ausgangspunkt	127
5.2	Das präzise Verständnis der Oberflächen-Metapher	131
5.3	Die Oberfläche wird von Theorien bestimmt	140
5.3.1	Oberfläche bei Gill	141
5.3.2	Oberfläche bei Gray	142
5.3.3	Oberfläche bei Kris	143

	5.3.4 Oberfläche bei Schwaber	143
5.4	Sich-Verlassen-Können auf die unbewusste Kommunikation?	151
6	Warum ist Veränderung so schwierig?	157
6.1	Zur Ubiquität von Abwehr und Widerstand	158
6.2	Die klassische Einteilung der Widerstände	164
6.3	Einige Aspekte zeitgenössischer Auffassungen über Widerstände	166
6.4	Sind alle Widerstände interaktionell?	169
7	Was heilt? Von der Übertragungsdeutung zum Umgang mit der intersubjektiven Kommunikation – Veränderungsprozesse in der Psychoanalyse	176
7.1	Vom Archäologen und Detektiv zum inter- subjektiven, miterlebenden Mitgestalter	177
7.2	Die Anfänge der Psychoanalyse: Übertragung und Gegenübertragung – Vom größten Hindernis zum mächtigsten Hilfsmittel	181
7.3	Psychoanalyse in Nordamerika: »Übertragungs- deutung only«	185
7.4	Ein neues Verständnis von Gegenübertragung	186
7.5	Mutative Übertragungsdeutungen, »lex talionis« und Invalidierung pathogener Überzeugungen	188
7.6	Das Übertragungs-Gegenübertragungs-Geschehen dynamisiert sich – Einige Konzepte der Kleinianer	190
7.7	Nichtsprachliche Kommunikation als wertvolle Mitteilung und die Stärkung von Ich-Funktionen ..	192
7.8	Übertragungsdeutungen sind nicht immer hilfreich und angemessen	195
7.9	Sich-verwenden-Lassen und Empathie als Wundermittel?	199
7.10	Die intersubjektive Erweiterung der Selbst- psychologie	201
7.11	Implizites Beziehungswissen und Momente der Begegnung	204

7.12	Dyadische Bewusstseinerweiterung und inter- psychische Kommunikation	208
7.13	Zwischen Affirmation und Aporie	212
Empfehlenswerte neuere Literatur mit kurzem Kommentar ..		217
Literatur		232
Sachregister		251
Personenregister		256

Vorwort

Zu allererst möchte ich Ruprecht Poensgen und dem Kohlhammer-Verlag ganz herzlich für die Inverlagnahme der umfangreichen Reihe zur »Psychoanalyse im 21. Jahrhundert« danken. Psychoanalytisches Denken durchdringt zwar nahezu jede Faser eines aufgeklärten Menschen und doch ist es keineswegs nur beliebt. Dies hat sicherlich damit zu tun, dass es uns auch immer wieder mit unliebsamen Fragen konfrontiert, die unserer Selbstliebe keineswegs schmeicheln, sondern uns auch in die Abgründe des Menschlichen und der gegenwärtigen gesellschaftlichen Verfasstheit unserer Natur blicken lässt. Andererseits stellt die Beschäftigung mit individuell und gesellschaftlich unbewussten Prozessen auch eine große Bereicherung und Möglichkeit dar, sein Menschsein tiefgründiger verstehen zu können. Man muss diese Chance nur zu ergreifen wissen.

Wie immer danke ich den vielen Studierenden, Patienten, Lehranalysanden und Supervisanden, von denen ich seit nunmehr fast vierzig Jahren lernen konnte. Ohne ihre Verbundenheit wäre das Interesse an der Beschäftigung mit psychologischen bzw. psychoanalytischen Fragestellungen zwar nicht versiegt, aber die Freude am Schreiben wäre wohl um Einiges geringer ausgefallen. Bedanken möchte ich mich vor allem auch bei meiner Frau für ihre Unterstützung. Und ganz besonderer Dank ergeht an Celestina Filbrandt, die auch dieses Mal wieder das Manuskript mit besonderer Sorgfalt redigiert hat.

1 Veränderungen in der Theorie der psychoanalytisch begründeten Verfahren

Einführung

In diesem einführenden Kapitel gilt es zunächst, terminologische Fragen zu klären: Was ist in diesem Buch unter »psychoanalytisch begründeten Verfahren« zu verstehen? Welche politischen Auseinandersetzungen gehen mit der Wahl dieser Begrifflichkeit einher?

Im Anschluss daran sollen einige ausgesuchte Veränderungen in den für die Behandlungspraxis wichtigen psychoanalytischen Disziplinen skizziert werden. Haben die grundlegenden Konzepte und Auffassungen der psychoanalytischen Theorie der Behandlung in den zurückliegenden zwei bis drei Jahrzehnten wesentliche Veränderungen erfahren und wenn ja, welche? Und was folgt daraus für die Behandlungstechnik?

Lernziele

- Einen Überblick über eine Kontroverse bei den psychoanalytisch begründeten Verfahren bekommen, die sich in den verwendeten Begrifflichkeiten äußert
- Einige Veränderungen im Überblick kennen lernen, die in den zurückliegenden drei Jahrzehnten in der psychoanalytischen Theorie und Praxis stattgefunden haben

1.1 Terminologisches

Zunächst einmal ist ein terminologisches Problem zu klären, das wichtige Implikationen aufweist. In den Psychotherapie-Richtlinien (»PT-Richtlinien«) wird der Terminus »*Psychoanalytisch begründete Verfahren*« als Oberbegriff für die Gruppe der analytischen Psychotherapie (AP) und der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie (TP) verwendet.

Die analytische Psychotherapie (AP) wurde mit der Einführung als Kassenleistung im Jahr 1967 als eine Anwendungsform des psychoanalytischen Standardverfahrens beschrieben und hinsichtlich ihrer Bestimmungstücke festgelegt. Sie umfasst 160 Stunden zwei- bis dreistündiger Therapie, wobei eine Verlängerung auf 240 Stunden, in Ausnahmefällen auch bis zu 300 Stunden erfolgen kann.

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (TP, als ältere Abkürzung findet sich auch noch das Akronym tFP) wurde ebenfalls im Jahr 1967 in die Psychotherapie-Richtlinien als Alternativverfahren zur analytischen Psychotherapie eingeführt. Sie umfasst insgesamt 50 bis 80, maximal 100 Sitzungen. Die TP schließt als Sonderformen die folgenden weiteren Verfahren ein: Kurztherapie, Fokalthherapie, Dynamische Psychotherapie, Niederfrequente Therapie in einer längerfristigen Halt gewährenden therapeutischen Beziehung.

Ferner gibt es – und dies ist auf den ersten Blick verwirrend – die Bezeichnung der »*Psychodynamischen Psychotherapien*«, die im Jahr 2004 vom Wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie ebenfalls als Oberbegriff für die analytische Psychotherapie und für die tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapieverfahren eingeführt wurde. Mit dieser Bezeichnung ergibt sich somit ein Gegensatz zum Begriff der psychoanalytisch begründeten Verfahren, der in den Psychotherapie-Richtlinien der Oberbegriff für die beiden genannten Verfahren ist.

Dieser Gegensatz zwischen der Terminologie der Psychotherapie-Richtlinien und derjenigen des Wissenschaftlichen Beirats deutet bereits Einiges über das Spannungsfeld an, in dem sich psychoanalytische Psychotherapeuten derzeit bewegen: Sollen sie sich als Psychoanalytiker begeben oder als Psychodynamiker? Was spricht für die eine und was für die andere Auffassung? Soll die Bezeichnung des Wissenschaftlichen

Tab. 1.1: Verschiedene Oberbegriffe für Analytische und Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Terminologie der Psychotherapie-Richtlinien	Terminologie des Wissenschaftlichen Beirats
Psychoanalytisch begründete Verfahren	Psychodynamische Psychotherapien
Analytische Psychotherapie	Analytische Psychotherapie
Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
Kurztherapie	Kurztherapie
Fokalthherapie	Fokalthherapie
Niederfrequente Therapie	Niederfrequente Therapie

Beirats deutlich machen, dass die aus dem Standardverfahren abgeleiteten Verfahren sich so weit von diesem entfernt haben, dass es nicht mehr zeitgemäß erscheint, den Oberbegriff »Psychoanalytisch begründete Verfahren« zu benutzen, wie es den Kommentatoren der Psychotherapie-Richtlinien immer noch als sinnvoll erscheint? Klingt die Bezeichnung »psychodynamisch« umfassender und moderner, US-amerikanisch? Tatsächlich kennen amerikanische Psychoanalytiker den Begriff der »Tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie« nicht und sprechen, ohne allerdings völlig Vergleichbares damit zu bezeichnen, von »psychodynamic therapy«.

Der Ausdruck »Tiefenpsychologie« erscheint vielen als veraltet, weil die Raummetapher der »Tiefe« kein wissenschaftliches Konzept oder gar eine wissenschaftliche Disziplin begründen könne. Deswegen sollte ihrer Auffassung nach die Bezeichnung »Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie« am sinnvollsten durch »Psychodynamische Psychotherapie« ersetzt werden. Mit zu dieser Bezeichnung beigetragen hat wie gesagt auch der Umstand, dass der Ausdruck »tiefenpsychologisch« in der nordamerikanischen Psychoanalyse nicht gebräuchlich ist und sich dort die Bezeichnung »psychodynamic« für all jene Verfahren eingebürgert hat, die nicht im engeren Sinn psychoanalytisch sind, sondern eher »psychoanalysis light« darstellen (vgl. z. B. Cabaniss et al., 2011). Zudem werden unter »psychodynamisch« zunehmend auch solche Verfahren

subsumiert, die ursprünglich nicht dem psychoanalytischen Denken entstammen.

Ganz schön verwirrend alles, oder? Aber diese Verwirrung lässt uns auch teilnehmen an den gegenwärtigen berufspolitischen Kontroversen zwischen unterschiedlichen Traditionen, Interessensvertretungen und Verbänden, aber auch teilweise ungelösten Problemen.

Machen wir uns kurz klar, woher die Bezeichnung psychodynamisch kommt und was sie ursprünglich bedeutet hat. Sie stammt von keinem Geringeren als von Sigmund Freud, der allerdings noch nicht von »psychodynamisch« gesprochen hat, sondern von »dynamisch«. Diese Charakterisierung stellte für ihn das wichtigste und zentralste Alleinstellungsmerkmal der Psychoanalyse dar. Er thematisierte psychische Phänomene unter drei metapsychologischen Koordinaten oder Gesichtspunkten, der Dynamik, Ökonomik und Topik:

»Die Psychoanalyse als Tiefenpsychologie betrachtet das Seelenleben von drei Gesichtspunkten, vom dynamischen, ökonomischen und topischen. In ersterer Hinsicht führt sie alle psychischen Vorgänge – von der Aufnahme äußerer Reize abgesehen – auf das Spiel von Kräften zurück, die einander fördern oder hemmen, sich miteinander verbinden, zu Kompromissen zusammenreten usw. Diese Kräfte sind ursprünglich alle von der Natur der Triebe, also organischer Herkunft, durch ein großartiges (somatisches) Vermögen (Wiederholungszwang) ausgezeichnet, finden in affektiv besetzten Vorstellungen ihre psychische Vertretung« (Freud, 1926f, S. 301).

Freud drückte die seelischen Kräfte dem damaligen wissenschaftlichen Zeitgeist entsprechend in Metaphern physikalischer Energie und der Hydromechanik aus. Jede Wissenschaftlergeneration kleidet ihre erfahrungsfernen Konstrukte in Metaphern. Bei Freud galt die Physik als Leitwissenschaft. In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts, als die Informations- und Computerwissenschaft ihren Siegeszug antrat, verwendete man Computermetaphern, bis die Biologie zur Leitwissenschaft wurde und man entdeckte, dass auch die bisherigen Computermetaphern unzureichend sind, weil das informationsverarbeitende Gehirn immer verkörpert, »embodied« ist. Dabei erfolgen die metapsychologischen Perspektivierungen auf einem hohen Abstraktionsniveau, sind aber für die Konzeptualisierung mentaler Daten unerlässlich, will man nicht bei lediglich phänomennahen Beschreibungen stehen bleiben.

Man könnte diese Gesichtspunkte auch als Konstrukte bezeichnen, die über die reine Beobachtbarkeit hinausgehen, aber natürlich auch immer einen Referenzpunkt in dieser aufweisen müssen. Jede fortgeschrittene Wissenschaft arbeitet selbstverständlich mit Konstrukten unterschiedlicher Abstraktionsstufen.

Mit der dynamischen Perspektive distanzierte sich Freud vor allem von einer Betrachtungsweise, bei der seelische Konflikte auf eine degenerative Erbanlage oder angeborene Unzulänglichkeiten zurückgeführt wurden. Vielmehr kommen in ihnen widerstreitende Seelenkräfte zum Ausdruck, die sich dem ständigen Wirken unbewusster Triebe, wie Selbsterhaltung und Sexualtriebe, Psychosexualität und Aggression, verdanken. Freud (1915e) unterschied in topischer Hinsicht zwischen dem deskriptiven und dem dynamischen Unbewussten. Sein Hauptinteresse galt dem dynamischen Unbewussten, nicht dem vorübergehend nicht Erinnerbaren, dem Vorbewussten.

Das dynamische Unbewusste ist kausal wirksam. Es ist somit nicht einem Archiv abgelagerter Erinnerungseindrücke vergleichbar, sondern es steht im ständigen Kontakt zum Bewusstsein, versucht auf Umwegen, mittels so genannter Abkömmlinge kontinuierlich Zugang zum Bewusstsein zu finden und sich Geltung zu verschaffen. Im Traumbewusstsein gelingt dies scheinbar mühelos, allerdings auch nur in maskierter Form. Dieser ständige Kontakt dynamischer unbewusster Prozesse mit bewussten Vorgängen des Wahrnehmens, Erinnerens, Denkens ist wiederum für eine psychoanalytische Betrachtungsweise konstitutiv.

Mit der Entwicklung des strukturellen Denkens in *Das Ich und das Es* postulierte Freud (1923b), dass auch Teile des Ichs, wie die Abwehrmechanismen, im dynamischen Sinn unbewusst sind wie auch das Überich, das als ein Generationen übergreifender Bestand der familiären Werte, modifiziert durch individuelle projektive Vorgänge zu betrachten ist. Auch Überich-Regungen können deshalb unbewusst sein und einen erheblichen Einfluss auf die Dynamik seelischer Konflikte ausüben. Unbewusste Sühnehandlungen, Unfallneigungen, falsche Partner- und Berufswahl bis hin zum kriminellen Agieren (»Verbrecher aus Schuldgefühl«) sind bekannte Beispiele Freuds hierfür. Auch das Wirksamwerden der Signalangst, die zum Vermeiden von Schuld- und Schamangst auslösenden Handlungen führt, ist ein unbewusster Vorgang.

In späteren Versionen der Ichpsychologie stellen jede Handlung, jedes Symptom und jeder Traum immer eine Kompromissbildung aus triebhaften Impulsen, Überich-Normen, Ängsten, Abwehrprozessen und den Anforderungen der jeweiligen Situation bzw. Realität dar. Die zuletzt genannten Erscheinungen implizieren selbstverständlich auch einen adaptiven und einen systemischen Gesichtspunkt.

Was folgt aus diesem Exkurs nun für die Betrachtung der eingangs aufgeworfenen Frage?

Der vom Wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie eingeführte Oberbegriff der »*Psychodynamischen Psychotherapien*« hat die Absicht, die in manchen Kreisen mittlerweile als veraltet oder als zu eng geltende Bezeichnung »Psychoanalyse« zu vermeiden. Für Außenstehende wirkt der Begriff »psychodynamisch« offenbar zeitgemäßer und moderner. Psychoanalyse bliebe dann aber nur noch ein untergeordnetes Verfahren, nicht jedoch der Ursprung von allem. Unbekannt bleibt für Viele dabei auch, dass Freud die zentrale Betrachtungsweise psychischer Prozesse wie ausgeführt dynamisch begründet hat. Und wir haben gehört, dass in den USA aus dem dynamischen Gesichtspunkt und der »deep psychology« dann irgendwann der Terminus »psychodynamic« wurde.

Ein weiterer Grund für dieses offensichtliche »Updating« ist, dass in der psychotherapeutischen Versorgung diejenigen Therapeuten, die tiefenpsychologisch fundierte Therapieverfahren praktizieren, gegenüber den analytischen Psychotherapeuten seit dem Inkrafttreten des Psychotherapeuten-Gesetzes im Jahr 1999 eindeutig in der Überzahl sind, und dass sich viele von ihnen aufgrund berufspolitischer Gründe von der »Mutter Psychoanalyse« endlich emanzipieren wollen, um nicht mit der angeblich veralteten, aber auch standespolitisch immer noch als mächtig wahrgenommenen Psychoanalyse in einen Topf geworfen zu werden. Diese Loslösungs- und Individuationsbewegung gleicht aber in mancherlei Hinsicht dem Hin- und Hergerissensein von Frühadoleszenten: Zum einen wollen sie bereits weitgehend selbstständig sein, zum anderen sind sie aber noch sehr auf ihre Eltern angewiesen und ohne sie genau genommen nicht überlebensfähig. Allerdings muss diese Abhängigkeit kräftig verleugnet werden, denn sie täte dem Selbstwertgefühl des Heranwachsenden überhaupt nicht gut. Aber wie kann man tiefen-

psychologisch oder psychodynamisch argumentieren und vor allem auch qualifiziert behandeln, wenn man nicht über den Wissensschatz der Arbeitsweisen unbewusster Prozesse, der Entstehung von Konflikten, der Auswirkungen und Verarbeitungen von Traumatisierungen, der vielfältigen Abwehrmodalitäten, der Entstehung von Persönlichkeitszügen, entwicklungspsychologischer Abfolgen, der Wirkungsweise unbewusster Abwehrvorgänge, des Erkennens und Durcharbeitens von Widerständen u. a. m. verfügt? All diese Themen bilden aber den genuinen Erfahrungsschatz der Psychoanalyse, der sich im 20. Jahrhundert weltweit entwickelt, konsolidiert und diversifiziert hat. Nur wenn man aus Unkenntnis oder aus berufspolitischen Gründen die Psychoanalyse auf das Werk Freuds begrenzt, hätte man mit der Auffassung Recht, dass man sich von dieser »veralteten« Form der Psychoanalyse distanzieren und eine moderne, auch »evidenzbasierte« Form der psychodynamischen Therapie vertreten müsse. Denn tatsächlich ist Einiges von Freuds ursprünglichen Auffassungen heutzutage nicht mehr vertretbar. Und solange eine kaum mehr überschaubare Pluralität psychoanalytischer Richtungen, Minitheorien und Modelle besteht, kann man auch wiederum diejenigen Kollegen verstehen, die eine operationalisierte Begriffssprache und handhabbare psychodynamische Manuale der schwer zu durchdringenden Komplexität psychoanalytischer Begriffe und Konzepte vorziehen. Und schließlich lässt sich auch nicht übersehen, dass die Nachfrage nach zeitlich begrenzten und auf Symptomreduktion abzielenden Verfahren sehr hoch ist, deren Evidenzbasierung zudem leichter zu erreichen ist als bei Langzeittherapien.

1.2 Veränderungen

Es wäre aber mehr als verwunderlich, wenn sich psychoanalytisches Wissen im 20. Jahrhundert nicht kontinuierlich weiterentwickelt hätte. Wenn viele Außenstehende ihr attestieren, dass sie ja immer noch an den ursprünglichen Freud'schen Positionen festhalte, dann scheinen

diese Personen so gut wie nichts von dieser Weiterentwicklung mitbekommen zu haben oder zu wollen.

Natürlich spielen hierbei auch Wissenslücken selbst bei solchen Menschen eine Rolle, die dem psychoanalytischen Projekt der Aufklärung durchaus wohlgesonnen sind: So konnte man in einem Gespräch zwischen dem Hirnforscher Gerhard Roth und dem Psychoanalytiker Otto Kernberg im Nachrichtenmagazin »Der Spiegel« im Jahre 2014 lesen, dass Roth anzweifelte, ob die Psychoanalyse ausreichend wirkungsvoll sei, da sie ja nur auf Prozesse der Einsicht abziele. Worin könnte hierbei die Wissenslücke bestehen?

Schon Freud verglich in einer fiktiven Ansprache an Ärzte, die seine junge Wissenschaft Psychoanalyse ohne genauere Kenntnisse lediglich nach dem Hörensagen anwendeten, wenn sie zum Beispiel glaubten, neurotische Symptome allein durch das Benennen kindlicher Konflikte und Traumata beseitigen zu können, mit dem Austeilen von Menükarten an Hungernde in Zeiten einer Hungersnot. Nur die Berücksichtigung der Beziehung und der Arbeit mit der Übertragung und dem Widerstand, also nur eine emotional fundierte, beziehungsmaßig und körperlich basierte therapeutische Anstrengung kann zu einer schrittweisen Verbesserung seelischer Leidenszustände führen. Dies ist aber mit anderen Worten ausgedrückt genau das, was Roth im Gespräch mit Kernberg äußert und anmahnt: Veränderungen sind das Ergebnis eines langwierigen und durchaus auch mühseligen Prozesses, in der es zunächst zu einer intensiven Bindung zwischen Patient und Therapeut kommen muss. Ohne diese gefühlshafte Bindung werden keine unbewussten Lernvorgänge aktiviert, die wiederum die Voraussetzung für die Veränderung von bereits früh gelernten Gefühlsgewohnheiten im limbischen System sind (vgl. »Der Spiegel« 2014, Heft 7, S. 131 f.). Kognitive Einsicht in einer eher funktionalen und zweckinstrumentellen Beziehung alleine, wie sie lange Zeit von der Kognitiven Verhaltenstherapie favorisiert wurde, kann nach Roth nicht zu den gewünschten Veränderungen führen, sondern ein Patient muss auf intensive Weise emotional ergriffen werden. Aus diesem Grund betonte Freud vor mehr als einem Jahrhundert, wie wichtig die Arbeit mit der Übertragung sei (► Kap. 7).

Es ist nun in der Kürze, die dieser Einführungsband mit sich bringt, nicht möglich, auf all die verschiedenen Entwicklungen der Psychoana-

lyse seit Freuds Tod vertieft einzugehen. Im Folgenden werden deshalb nur einige der in den letzten 20 bis 30 Jahren erfolgten wichtigsten Veränderungen in der Theorie und Praxis der Psychoanalyse skizziert, so weit sie für das vorliegende Thema von Interesse sind (weitere Literatur z. B. Eagle, 2012, Ehlers & Holder, 2009, Küchenhoff, 2010, Westen & Gabbard, 2002a, b).

1.2.1 Veränderungen in der Persönlichkeitstheorie der Psychoanalyse

- Die rasch expandierende Bindungstheorie trug dazu bei, dass die Beschaffenheit von frühen Mutter-Kind-Interaktionen nicht nur empirisch gut nachvollziehbar wurde, sondern auch die – vor allem von Objektbeziehungstheorie und Selbstpsychologie postulierte – wichtige Rolle der Mutter in den ersten Lebensjahren beim Aufbau von Bindungssicherheit eine empirische Bestätigung erhielt (z. B. Brisch et al., 2002). Die Konzentration auf die gut messbaren Bindungsverhaltensweisen führte aber auch zu einem deutlichen Defizit hinsichtlich des Verstehens des menschlichen Phantasielebens, das nicht nur aus Bindungsthemen und den unmittelbaren und sichtbaren Resultaten der Eltern-Kind-Interaktion besteht
- Dieser erkennbare Mangel wurde in den letzten Jahren zu beheben versucht, indem über den Zusammenhang von Bindung und Psychosexualität neue Hypothesen entwickelt wurden (z. B. Widlöcher, 2002, Diamond, 2007, Target, 2007, Müller-Pozzi, 2008, Strauß et al., 2010, Fonagy, 2011)
- Die zweite Generation der Bindungsforschung unter psychoanalytischen Vorzeichen schuf ebenfalls wichtige Erkenntnisse über die Entwicklung des Mentalisierungsvermögens und der Theorie des Geistes (z. B. Fonagy et al., 2004)
- Das Konzept der allgemeinen Verführungstheorie von Laplanche und damit des grundlegenden Primats des Anderen ermöglichte eine intersubjektive Erweiterung der aus psychoanalytischer Sicht nach wie vor grundlegenden Dimension menschlicher Psychosexualität (z. B. Laplanche, 1996, Müller-Pozzi, 2008, 2012, 2014, Gammelgaard & Zeuthen, 2010, Scarfone, 2014)