

Das leere Ich

Vortrag auf der 3. Psychoanalytischen Herbstakademie der DPG
am 22. September 2014 in Hamburg
von Klaus Grabska

Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer,
liebe Organisatoren dieser 3. Herbstakademie,
ich freue mich, hier zu Ihnen sprechen und später mit Ihnen diskutieren zu können.

Nach dem göttlichen Ich und seiner Hybris am Vormittag werden nun das leere Ich und seine depressive Verzweiflung unser Thema sein. Dabei werde ich das leere Ich zuerst als eine Chiffre für ein psychosoziales Phänomen moderner Subjektivität und dann vor allem als ein psychopathologisches Syndrom zur Abwehr von Depression, die selbst wieder eine Abwehr von Trauer und Wut, von Schuld und Scham darstellt, behandeln.

Das leere Ich als sozio-kulturelle Chiffre

Im Bild vom leeren Ich werden sowohl die gesellschaftliche wie die persönliche Seite einer zeittypischen Leidens- und Entfremdungsdimension angesprochen. Gemeinsam ist beiden Dimensionen die aktive Verleugnung von Gefühlskonflikten, die intensive Vermeidung von tiefgehender Gefühlsverbundenheit und die Flucht in die Äußerlichkeit funktionierendes Verhaltens, das dem Ideal der Selbstoptimierung folgt und dessen Zwänge durch die Angebote einer Erregungsgesellschaft kompensiert und durch den Gebrauch von Psychopharmaka und Drogen wegreguliert werden sollen.

In dieser flüchtigen Moderne (Baumann 2008) lebend sehen sich die Menschen, insbesondere die jeweils nachfolgenden Generationen, zunehmend zu einer beschleunigten Lebensführung, reibungslosen Rollenwechseln und einer mobilen Dauerflexibilisierung des Selbst genötigt (King 2011, Rosa 2013), obwohl sie gleichzeitig mit einer zunehmenden Ungewissheit der Zukunftsplanung, einer zunehmenden Unkontrollierbarkeit der persönlichen Lebenssituation und einer zunehmenden Unverbindlichkeit und Unzuverlässigkeit der Sozial- und Familienbeziehungen konfrontiert sind. Einerseits wird die Fähigkeit zu Trennung und Autonomie gefordert, andererseits werden die Bedingungen, die die Menschen brauchen, um diese Fähigkeiten entwickeln zu können, unterminiert. Die negative Lösung dieser gesellschaftlich induzierten Konfliktsituation kann sozialpsy-

chologisch als pathologische Schattenseite gegenwärtiger Vergesellschaftung verstanden werden. Sie manifestiert sich

- sowohl in der Depression als einer Volks- und Zeitkrankheit, in denen Sozialwissenschaftler die psychopathologische Leitsymptomatik der gegenwärtigen Gesellschaft sehen (Ehrenberg 2008, Rosa 2011) und die daher auch zunehmend ein gesellschaftliches Forschungs- und Behandlungsinteresse erzeugt (Leuzinger-Bohleber, M. u. a. 2013; Psyche-Sonderheft 2010),
- als auch in der Masse der unverarbeiteten Identitätsbrüche, wie sie sich in der Zunahme der ich-strukturellen Persönlichkeitsstörungen niederschlagen und auf die die Psychoanalyse mit einer zunehmenden Ausweitung ihres Behandlungsspektrums auf narzisstische, perverse, Psychose nahe und Borderline-Persönlichkeitsstörungen reagierte.

**Das zusammengebrochene Idol, die unerträgliche Scham und ein Suizid:
„Bin am Ende. ... von den eigenen Fans verhöhnt“
(Tagebuch 11.08.2003)**

In den Idolen (von lateinisch *Idolum* = Abgott) einer Gesellschaft verkörpern sich deren Ideale. Auch wenn wir uns dabei in die Gefahr begeben, über deren massenmedialen Vermittlung für gesellschaftliche und ökonomische Zwecke instrumentalisiert zu werden, orientieren wir Menschen uns in unserem Streben nach Selbstverwirklichung doch an unseren Idolen. Deswegen trifft es uns wie einen Schock, wenn sich ein bewundertes Idol plötzlich als ein in seinem seelischen Leiden verstrickter und ausgelieferter tragischer Mensch erweist. Der Zusammenbruch eines Idols berührt die Identitätsbrüche und Risse im Ich jedes Einzelnen von uns, für den das Idol eine emotionale Bedeutung und eine innerpsychische Funktion hat und an den der Einzelne um seiner selbst Willen glaubt. Der Zusammenbruch unseres Idols belebt zugleich die Erinnerung an die ersten Idole unserer Kindheit, die auch heute noch an der ersten Stelle stehen, wenn die Menschen nach ihren Idolen befragt werden: Mutter und Vater¹, und er berührt frühe emotionale Zusammenbrüche, in denen wir uns als Kinder nicht so haben erleben können, wie wir es selbst oder unsere Eltern von uns wünschten idealer Weise zu sein – Situationen, in denen wir vor unserem Ich-Ideal versagen.

¹ Laut Umfrage der Zeitschrift Stern im Jahre 2003 zu den 200 Idolen der Deutschen steht „meine Mutter“ (35,00%) an erster Stelle, gefolgt von „Mutter Teresa“ (34,90%) an zweiter und dann an dritter Stelle „mein Vater“ (32,50%).

Unter der Überschrift „Der beste Mann im falschen Job“ schreibt Christof Siemers (2010) in seiner Rezension der Biographie „Robert Enke. Ein allzu kurzes Leben“ von Ronald Reng (2010): „Der Selbstmord des Nationaltorhüters am 10. November 2009 schockiert nicht nur die Fußballfans zutiefst, sondern eine ganz auf Leistung fixierte Gesellschaft.“ Zusammen mit ihm können wir uns fragen: Was einen 32-jährigen Familienvater, einen vorbildlichen, allseitig geliebten Vollblut-Profi, so eine Ausnahmefigur, die endlich die Nummer 1 im Tor der Nationalmannschaft geworden ist und nun vor der Erfüllung seines Wunschtraumes steht, in der nächsten Fußballweltmeisterschaft 2010 im Tor zu stehen, antreibt, sich vor einen Zug zu schmeißen? Was mag innerlich auf ihn zugerast sein, dass er keinen anderen Ausweg sah?

Aus der Biographie wird deutlich, dass er sich von einer Scham-Katastrophe verfolgt fühlte, kurz vor der Realisierung seines sportlichen Wunschtraumes in aller medialer Öffentlichkeit, d.h. vor Millionen von Menschen, eingestehen zu müssen, dass ihn die depressiven Versagensängste, die er bereits 2003 durchlebt hatte, trotz Antidepressiva in einem Maße wieder im Griff hatten, dass er die Rolle des Nationaltorwarts nicht hätte ausfüllen können und sich sofort in eine stationäre Klinikbehandlung hätte begeben müssen. Welche Enttäuschungswut muss in ihm gegen sich selbst und gegen die Welt gewütet haben? Welche Vernichtungsdrohung muss für ihn von einer medialen Öffentlichkeit ausgegangen sein, die die Schwächen von Menschen zwecks Auflagensteigerung, Reichweite und Quote kommerziell ausbeutet, insbesondere wenn sie die gleichen Menschen zuvor in den Status von Idolen hob?

Öffentliche Meinung, dieses sozio - kulturelle Über-Ich, kann töten. Sie kann die soziale Existenz eines Menschen auslöschen. Und wenn sich diese äußere soziale Drohung mit einer vergleichbaren innerseelischen Drohung in uns verbindet, indem ein erbarmungsloses Über-Ich es uns nicht verzeihen kann, dass wir unser Ich-Ideal, wie wir wünschen uns selbst zu sehen und von anderen gesehen zu werden, nicht erfüllen können, dann sehen wir uns in unserer ganzen persönlichen Existenz von Außen wie von Innen radikal infragegestellt. Eine Suizidhandlung, wie jede weniger endgültige Selbstschädigung, kann dann sowohl als eine unerbittliche Selbstbestrafung für das Versagen gegenüber dem Ich-Ideal (Ich bin nicht lebenswert) und als Ausdruck der dem Einzelnen inhärenten Destruktivität verstanden werden als auch als allerletzte subjektiv zur Verfügung stehende Möglichkeit, das äußere wie innere seelische Objekt zum Guten hin verändern zu

können: „Ich töte mich, damit Du bereust, was Du mir angetan hast, und dadurch ein mir gegenüber gut gesonnenes Objekt wirst“ (Kind 1992, S. 21). Selbstbestrafung und Fremdbestrafung fallen zusammen. Selbst und Objekt, Liebe und Hass sind nicht so getrennt wie es erscheint. Dem Suizidalen ist daher oft eine regressive Phantasie einer Verschmelzung mit einem guten Objekt in einem Zustand paradiesischer Ungeschiedenheit eigen, in dem sich die Frage des Ich-Ideals, wie ich wünsche, mich zu sehen und gesehen zu werden, ebenso nicht stellen kann wie die Fragen von Schuld und Scham.

Profi-Sportler wie Robert Enke leben, zunehmend im globalen Maßstab, ein Leben, das durch beschleunigte Lebensführung, Dauerflexibilisierung des Selbst, Selbstoptimierung und Perfektionsdrang gekennzeichnet ist und verkörpern damit etwas im Extrem, was sich in den normalen Arbeits- und Lebensverhältnissen weitaus allmählicher als Zukunft durchsetzt. Was die Gesellschaft schockierte, war weniger seine Depression, als dass sein Suizid den psychischen Preis dieser Lebensform mit einer Plötzlichkeit aufdeckte, die etwas Überwältigendes für die Welt hatte. Es brauchte öffentliche Rituale, um damit fertig werden zu können. Mit diesen öffentlichen Ritualen zeigte die Gesellschaft das schuldgefühlshafte Bereuen, dass der Suizidale phantasmatisch intendiert, und bestätigte die passagere Umwandlung der öffentlichen Meinung von einem verfolgenden zu einem gut gesonnenen Objekt, das auf Verurteilung, Ausgrenzung und Verachtung verzichtet. Dem toten Robert Enke wird die Anerkennung, Bestätigung und Wertschätzung zuteil, auf die der lebende Robert Enke nicht hoffen konnte². Insofern dies allerdings mit einer Re-Idealisierung verbunden ist, können wir berechtigter Weise an der gesellschaftlichen Nachhaltigkeit dieser Schockverarbeitung zweifeln. Einen bösen, enttäuscht wütenden Robert Enke scheint es nicht gegeben zu haben. Der pathologisch gebundene Hass des Depressiven gegen die inneren wie äußeren Verhältnisse, die ihn depressiv machen, und der gegen diese Verhältnisse zum Zwecke ihrer Veränderung gewendet werden könnte, verschwand im

² Gedenkgottesdienst/Trauerandacht mit Margot Kässmann am 11.11.2009 einen Tag nach dem Suizid mit aller Fußballprominenz rund 700 Menschen in der Kirche, mehr als 3000 Menschen vor der Kirche und mit anschließendem Trauerzug durch Hannover mit 35 000 Teilnehmern; Gedenkveranstaltung am Sonntag 15.11.2009, die mit dem Volkstrauertag zusammen fällt; bei 35000 Teilnehmern und im Beisein der deutschen Nationalmannschaft samt Trainerstab wird der Sarg des Verstorbenen im Stadion von Hannover 96 aufgebahrt. Im Januar 2010 Gründung der Robert-Enke-Stiftung (DFB, DFL, Hannover 96); das Startkapital betrug 150.000 Euro plus 850.000 Euro Spenden, primär durch DFB Benefizspiel und Spieler/Trainer Nationalelf.

Loch der Idealisierung und wurde zusammen mit Robert Enke und seiner Re-Idolarisierung zum Helden der Depression zu Grabe getragen.

Coolness als Habitus des leeren Ichs

Auch wenn wir nicht genug wissen, was seine Kindheit betrifft, so wissen wir doch, dass Robert Enke bereits 1999 eine erste Krise mit einer intensiven Trennungsangst durchlebte, als er nach einer unglücklichen Saison bei Borussia Mönchengladbach zum ersten Mal ins Ausland wechselte. Nachdem er sich fing und gute Jahre in Lissabon hatte, geriet er nach einem erneuten Wechsel zum FC Barcelona 2002 in eine tiefe Lebenskrise. Er passte nicht in das dort vom Trainer idealisierte Torwartmodell und sah sich auf erniedrigende Weise chancenlos zurückgewiesen und aufs Abstellgleis gestellt. Zugleich mochte er keine Konflikte. Er verweigerte es oder war nicht in der Lage, in eine aggressive Auseinandersetzung zur Selbstbehauptung mit denen zu gehen, von denen er sich abhängig erlebte, und er war nicht in der Lage, seine Frau oder seine Freunde an seiner Gefühlswelt und seinen Gefühlskonflikten teilhaben zu lassen. Stattdessen machte er dicht und über dieses Dichtmachen verlor er selbst den Kontakt zur eigenen Gefühlswelt und zu sich selbst. Wenn seine Frau interessiert nachfragte, konnte er nur noch sagen, er sei leer, kraftlos, diffus ängstlich bis panisch.

Es kann nicht verwundern, dass Robert Enke versuchte seine seelische Krise mit der psychischen Fähigkeit zu bewältigen, die ihn als Torwart auszeichnete und wofür er als Torhüter eingekauft wurde: Seine Coolness. Es gehört zu den funktionalen Torwarttugenden, Affekte und Gefühle im entscheidenden Moment unter Kontrolle halten zu können, so dass sie keinen störenden Einfluss auf sein Handeln haben. Robert Enke verkörperte diese Haltung absoluter Selbstkontrolliertheit wie kein anderer Torhüter zu seiner Zeit: „Da bewegte sich nichts, keine Geste, keine Regung, nichts lenkte ihn ab, nichts brachte ihn aus der Konzentration“ (Reng 2010, S. 99).

Mit Coolness meine ich einen Habitus emotionaler Selbstdisziplinierung, die auf die strenge Kontrolle der eigenen Affekte abzielt: Man versucht Ängste, Verletzlichkeit, Schwäche, Bedürftigkeit, aber auch Wut, Aggression, Neid, Eifersucht und Liebe, also das ganze eigene Gefühlsspektrum zu verbergen, das einen als unverwechselbare Persönlichkeit auszeichnet, und versucht stattdessen Macht, Stärke und Konzentration zu demonstrieren, aber auch Ruhe, Gelassenheit und

Souveränität auszustrahlen, was einen mit der Aura des Unangreifbaren umgeben soll.

Als gesellschaftskonformer Habitus zeitgenössischer Selbstdisziplinierung bietet sich Coolness einerseits als ein persönlicher Bewältigungsmodus an, weil er einen absoluten Schutz vor Beschämung und Verurteilung und den Schutz unseres wahren Selbst illusionär verspricht, indem den anderen ein falsches Selbst präsentiert wird. Andererseits verweist die Verbindung von Coolness zu emotionaler Kälte, Unbeteiligtsein, Gleichgültigkeit und kühler Arroganz darauf hin, dass mit der Coolness auch ein psychopathologischer Rückzug verbunden sein kann, der autistische, schizoide oder dissoziative Züge haben kann. Darin isoliert sich ein scheinbar undurchdringliches wie unempfindsames Selbst nach Außen gegen menschliche Beziehungen und nach Innen gegen Affekte und Gefühle.

Einerseits emotional entleert und sozial isoliert, bleibt das Ich andererseits auf eine Weise handlungs- und denkfähig, dass es den Anderen über seinen wahren Zustand betrügen und damit menschliche Beziehung hintergehen kann. Robert Enkes Frau spürte nichts, als ihr Mann sich mit den Worten verabschiedete, er gehe jetzt zum Training. Ebenso der Chefarzt nicht, dem er dann telefonisch wegen einer stationären Behandlung absagte. Auch sein behandelnder Arzt wird später sagen, dass sich kein Selbstmord abzeichnete. In sein Tagebuch wird Robert Enke notieren: "Bin nicht ehrlich zu ihm" (Reng 2010, S.380). In seinem Abschiedsbrief wird er sich bei Angehörigen und Ärzten dafür entschuldigen, dass er sie über seinen wahren Zustand getäuscht habe, aber die Wahrheit hätten seine Selbstmordpläne gefährdet. Auch wenn wir verstehen müssen, dass Robert Enke nur auf diese selbstdestruktive Weise sein wahres Selbst glaubte schützen und bewahren zu können, so sollten wir auch nicht verleugnen, welche kalte, fast technische Destruktivität sich in der affektneutralen „Coolness“ in der Umsetzung seines Plans zeigte und die dann die Angehörigen und Ärzte mit voller Wucht getroffen hat.

Das leere Ich als Abwehrorganisation gegen Traumatisierung: „Ich brauche eine Exitstrategie“

Im Februar 2010 erfuhr der aus Hamburg stammende und in Berlin lebende 44-jährige Schriftsteller Wolfgang Herrndorf, dass er an einem unheilbaren bösartigen Hirntumor, einem Glioblastom, erkrankt sei. Er reagierte auf diese Katastrophe mit der Intensivierung der schriftstellerischen Arbeit. Er begann ein digitales Tagebuch, erst als Mitteilung für seine Freunde, dann als Blog im Internet für

jeden, der an seinem Schicksal teilhaben wollte. „Arbeit und Struktur“ (2013), so der Titel des Blogs, ist ein bestürzendes und bewegendes Online-Dokument seiner Krankheitsbewältigung bis kurz vor dem Moment, in dem er sich am 26. August 2013 gegen 23.15 Uhr am Ufer des Hohenzollernkanals mit einem Revolver erschoss.

Einem stürmischen Wechsel von manischem Hochgefühl und unregelmäßigen Schüben von Todesangst und Panik ausgeliefert, der ihn anfangs in die Psychiatrie nötigte, um einen ersten Halt zu finden, war ihm sehr schnell klar: „Was ich brauche, ist eine Exitstrategie. Ich muss wissen, dass ich Herr im eigenen Haus bin“ (Herrndorf 2013, S. 50). Kern dieser Exitstrategie sind eine Walther PPK³, die seinen schon frühen Entschluss verkörpert, sich erschießen zu können, und ein auf Ich-Spaltung beruhender Bewältigungsmodus, sich gegen überwältigenden Gefühle und bedrohliche Affekte zu schützen, indem er sich und der Welt die Gefühls- und Affektbesetzungen entzieht: „Völlige Gleichgültigkeit vor dem MRT, völlige Gleichgültigkeit nach dem MRT⁴. ... Gleichgültig raus aus der Charité. Zehn Minuten später dann Zusammenbruch, am Ufer der Spree gekrochen, geheult“ (ebda, S. 66). Immer wieder wird er nun versuchen zu seinem Selbstschutz eine verleugnende Ich-Abwehr gegen potentiell überwältigende Todesangst, Resignation, Enttäuschungswut, Verzweiflung und Traurigkeit aufzurichten, indem er sein Ich zwischen einem kognitiven und emotionalen Ich zu spalten und sein Ich-Erleben emotional zu entleeren versucht. Dem leeren Ich wird alles gleichgültig und sinnlos, indifferent und nichtig. Einerseits überlebt das Ich, andererseits wird es leblos. „Nihilismus“ wird Wolfgang Herrndorf später diese persönliche Abwehrorganisation nennen, mit der er versuchte, Ich-Kontrolle über die seelische Innenwelt gegen deren affektive Überflutung und gegen die innere Gefahr der Ich-Auflösung zu behaupten, während er mittels der Pistole Ich-Kontrolle über die Realität seines äußeren Schicksals zu gewinnen hoffte.

Wolfgang Herrndorf erkannte in dieser Abwehrorganisation des leeren Ichs die Selbsttäuschung und dachte anfangs, dass sie „trotzdem funktionierte“ (ebda. S. 111). Er notierte:

³ Die Walther PPK ist eine Selbstladepistole des deutschen Waffenherstellers Carl Walther GmbH Sportwaffen. Die Modellbezeichnung „PPK“ steht für **Polizeipistole Kriminal**. Die kompakte Bauweise der Waffe prädestinierte sie für die Verwendung durch die Kriminalpolizei und für eine verdeckte Trageweise.

⁴ MRT = Magnetresonanztomographie

„Ich stelle mir vor, mit meinem Bett in einem sehr hohen, schlanken Ziegelturn des Klinikums zu liegen, umgeben von schwarzer Finsternis und unendlicher Leere des Weltalls, und die Naturgewalten rütteln an meinem Turm und können nicht herein. Nicht in der winzigen Sekunde der Gegenwart, in der ich unantastbar bin. In dieser Nacht wiederhole ich in Endlosschleife mir trostreich scheinende Sätze und Gedanken und baue aus ihnen ein kleines Abendgebet zusammen, das ich mir immer wieder und auch in den nächsten Tagen und bis heute aufsa-ge, wenn ich nicht schlafen kann oder der Boden schwindet. Während ich es aufschreibe, halte ich es für das Größte, was ich je gemacht habe.

Niemand kommt an mich heran
bis an die Stunde des Todes.

Und auch dann wird niemand kommen.

Nichts wird kommen, und es ist in meiner Hand“

(ebda, S.110 f)

Entleerung des Ichs:

Vernichtung Panik erzeugender Vorstellungen, Ich-Spaltung und omnipotente Verleugnung

Die Leere des Ichs ist nicht gegeben. Sie wird erst durch einen aktiven Prozess der Entleerung hergestellt. Die Todesangst und der Gedanke an den Tod muss beseitigt werden. Sonst droht die Panik das Ich zu überfluten, da die innerseelischen Möglichkeiten einer normalen Verdrängung nicht mehr ausreichen. Die Walther PPK, die Wolfgang Herrndorf sich besorgte, wird zu einem inneren psychischen Objekt, das sein Ich zur Vernichtung der Panik erzeugenden Todesgedanken benutzt.

„Diesmal reicht eine einfache Willensentscheidung nicht aus, und ich muss eine sehr plastisch vorgestellte Walther PPK in meinem Kopf installieren, um jeden aufkommenden Gedanken zu erschießen: Peng, peng. Zwei Kugeln und ich denke an etwas anderes“ (ebda, S. 118). Dann: „ Mit immer größerer Zuverlässigkeit ballert es den Todesgedanken spurlos weg. Die Walther verselbständigt sich. ... Es klickt und knallt in meinem Kopf ohne mein Zutun, und der Todesgedanke taucht kaum noch an die Oberfläche“ (ebda, S.119).

Mit Wolfgang Herrndorf können wir nun stärker die innerseelische Seite dessen sehen, was wir vorhin als sozialen Habitus der Coolness beschrieben haben. Sein

Ich versucht etwas, was wir an der Coolness eines Killers im Film⁵ medial bewundern oder als Ego-Shooter⁶ im Computerspiel erregt ausleben, als inneren Überlebensmechanismus zu installieren: den Rückzug in eine Omnipotenzphantasie, ganz und gar Alleinherrscher über seine Gedanken und Gefühle zu sein und sein Ich vor existenzieller Vernichtungsbedrohung allein und absolut schützen zu können. Die Seite des Ichs, das sich in einem omnipotenten Selbstgefühl geschützt glaubt, muss sich gegen die Seite des Ichs, das als realistisches Selbstgefühl von der Todesdrohung und der eigenen Ohnmacht weiß und beides empfinden könnte, radikal abspalten und diese Seite von sich selbst aggressiv verleugnen, wegschießen.

Vom leeren Ich zu Anfängen einer inneren Auseinandersetzung im Ich: Dialog der inneren Objekte

Diese auf omnipotenter Verleugnung basierende Abwehrorganisation des leeren Ichs hatte Wolfgang Herrndorf nicht so im Griff wie es vielleicht bei Robert Enke der Fall war. Er bemerkte: „Ungefähr zeitgleich mit der Walther materialisiert sich ihr Gegenspieler. Zuerst nur in Form einer Störinstanz, und ich meine ziemlich genau zu spüren, wo in meinem Kopf sie sich befindet: zentral hinten. Da sitzt etwas und ruft: Du stirbst. Beim Versuch, die ohnehin schon erfolgreiche Walther in ihrem Kampf zu unterstützen, personifiziere ich die störende Instanz zuerst als Störer, dann als Wilhelm Störer. Ich versuche ihn anzusprechen und notiere seine Reaktionen. Im Gegensatz zur Walther reagiert er so gut wie gar nicht und macht gern das Gegenteil von dem, was ich will“ (ebda, S. 120).

Mit der Walther und dem Wilhelm hat sich Wolfgang Herrndorf zwei innere Objektvorstellungen geschaffen. Mit diesen Objektvorstellungen konnte er seine innere Zerrissenheit und den Konflikt zwischen einem dominanten omnipotent verleugnenden Selbstgefühl, das mit Selbsterhaltung assoziiert ist, und einem abgespaltenen realistischen Selbstgefühl, das mit Vernichtungsdrohung vermischt verfolgend wirkt, als ein inneres Abwehr-Drama szenisch vor seinem inneren Auge zur Darstellung bringen und es damit dialogisieren. Eine Seite seines Ichs konnte sich die Fähigkeit zur inneren Objektivierung und Symbolisierung

⁵ Zum Beispiel *Pulp Fiction* (1994) von Quentin Tarrantino

⁶ Ego-Shooter sind eine Kategorie der Computerspiele, bei welcher der Spieler aus der Ich-Perspektive in einer frei begehbaren, dreidimensionalen Spielwelt agiert und mit Schusswaffen andere Spieler oder computergesteuerte Gegner bekämpft. *Ego-Shooter* ist eine Wortschöpfung aus dem deutschen Sprachraum, im englischsprachigen Raum spricht man vom *First-person shooter*.

bewahren. Dadurch wird es ihm möglich einen gewissen inneren Halt zurück zu gewinnen, sich selber wieder wahrzunehmen, über sich nachzudenken und sich anderen mitzuteilen.

Überwindung des leeren Ichs:

Sich öffnen für den mitfühlenden und Halt gebenden Anderen

Aber die Rückgewinnung eines integrierten Ich und eines kohärenten Selbstgefühls blieb für Wolfgang Herrndorf fragil. Sie konnte jederzeit wieder zusammenbrechen. Zum Beispiel durch den Anruf einer emotional nahen Freundin und deren Mitgefühl: „In ihrer Empathie schwingt etwas mit, das ich nicht verarbeiten kann, eine Mitteilung über meinen wahren, traurigen Zustand, Ich bitte Jana aus der Leitung zu gehen. Sie argumentiert, ..., und versucht, die Sache zu klären. Daraufhin drehe ich durch. Ich schreie und schreie sie an und knalle den Hörer auf und schlage in Todesangst gegen die Wand“ (ebda, S. 120). So angegriffen durch die mitfühlende Resonanz kann er den Namen der Freundin nicht mehr schreiben. Sein Körper versagt: „Es ist bizarr. ... Sobald ich es versuche, fliegen meine Arme von der Tastatur, in meinem Kopf knallt und zuckt es, ... Ich kann ihren von Todesangst kontaminierten Namen nicht schreiben“ (ebda, S.121).

Das mitfühlende Resonanzobjekt, für das die Freundin steht, konnte noch kein inneres Objekt werden. Es ist noch zu sehr mit Vernichtung kontaminiert. Wie der Körper wehrt sich die Psyche es in sich aufzunehmen und muss es voller Wut auslöschen, es des-objektalisieren und de-symbolisieren: Es darf keinen Namen haben, weil dadurch die Todespanik zurückkehrt, und zugleich bleibt die Todesangst dadurch ein namenloses Grauen, das das Ich gnadenlos verfolgt (vgl. auch Bion 1962, S. 132).

Aber mit dem spontanen Wutausbruch gegen das mitfühlende Resonanzobjekt geschieht zugleich etwas sehr bedeutsames in zwei Richtungen, was zuerst von Winnicott (1974; 1979) erfasst wurde. Erstens: Das Ich gewinnt die eigene Aggressivität als eine Quelle seines wahren Selbst zurück und kommt damit wieder mit sich selbst als Lieben und Hassen, also Gefühle und Affekte haben könnendes Wesen in Kontakt. Und Zweitens: Wenn der Andere die mit der Wut phantasierte Vernichtung in dem Sinne überlebt, dass es die Destruktivität aushalten und sie nicht in Form von Vergeltung oder Rache zurückgeben muss, dann kann es sowohl als reales Objekt mit emotionaler Bedeutung wahrgenommen als auch als psychisches Objekt mit realer Bedeutung internalisiert werden.

Ich denke, wir können den ganzen Online-Blog „Arbeit und Struktur“ von Wolfgang Herrndorf auch als einen von seinen Freunden als mitfühlenden und Halt gebenden Begleitern angeregten und unterstützten Kampf um dieses mitfühlende, Halt und Struktur gebende Resonanzobjekt als Teil des eigen Ichs und Selbstgefühls verstehen. Er hat diesen Kampf trotz aller zunehmenden Zerfallserscheinungen bis zum Schluss durchgehalten und sich damit die Möglichkeit geschaffen, zeitweilig immer wieder auch Trauer um sich selbst zu empfinden und sein Schicksal zu betrauern.

Robert Enke und Wolfgang Herrndorf gemeinsam ist, dass sie sich psychischen Vernichtungsängsten ausgesetzt sahen, die entweder sozial durch eine drohende Schamkatastrophe oder somatisch durch die Krebskatastrophe ausgelöst wurden. Wie Menschen auf solche sozial oder somatisch induzierten Vernichtungsängste reagieren und damit umgehen, ist nachvollziehbarer Weise davon abhängig, wie sie bisher in ihrer Persönlichkeitsentwicklung psychische Ängste vor Verlassenheit, Vernichtung und Liebesverlust bewältigt haben. Menschen, die zu uns als Psychoanalytiker in die Praxis kommen, haben zumindest die Hoffnung nicht aufgegeben, in uns doch noch einen zu Resonanz fähigen, Halt gebenden und Veränderung ermöglichenden Menschen zu finden, der ihnen in ihrer Vergangenheit als Kind grundsätzlich fehlte und den sie in der Gegenwart als Erwachsener immer noch nicht gefunden haben oder der ihnen erneut verloren ging.

Kristina:

Re-Inszenierung des Traumas, unerwünscht zu sein, im analytischen Erstgespräch

Kristina, eine junge Frau mit der kühlen Ausstrahlung eines Models, kommt zum Erstgespräch. Kaum dass sie sich hingeworfen hat, schießen ihr Tränen ins Gesicht. Sie weint schluchzend, es bricht sich etwas eruptiv Bahn. Schließlich beginnt sie zu erzählen, nach der Beendigung des Studiums in eine Krise geraten zu sein. Ganz unerwartet drehten die Eltern ihr den Geldhahn zu. Sie fand keine Arbeit. Alles verschlimmerte sich. Sie entwickelte einen Tinnitus. Alle Geräusche wurden unerträglich. Sie zog sich zurück und riss sich zusammen. Nichts sollte an sie mehr herankommen. Sie wollte es unbedingt alleine bewältigen. Jetzt hat sie keine Energie mehr, ist hoffnungslos und verliert die Lust am Leben.

Ich sage nun: „Es ist wirklich ein Dilemma, dass Sie einerseits dringend Hilfe brauchen und andererseits sich dafür manchmal anscheinend so schämen und so schuldig fühlen. Als ob es dann nur noch hilft, sich wegzumachen.“ Sie wirkt sehr

berührt durch meine Wahrnehmung ihrer inneren Konfliktsituation und entspannt sich. Kristina kann nun eine Verbindung zu ihrer Lebensgeschichte ziehen. Sie teilt mir nun Wesentliches von sich und ihrer Mutter als dem wichtigsten Menschen ihrer Gefühlswelt mit. Ihre assoziativen Erinnerungen kreisen darum, sich als Kind primär als eine Last für ihre Mutter empfunden zu haben. Sie dachte, dass ihre Mutter sie nicht wirklich haben wollte. An dieser Stelle ist ein analytischer Kontakt zu Stande gekommen. Sie kann nun auch von einer guten Vorerfahrung mit einer Verhaltenstherapie sprechen, als sie als 19-Jährige unter einer bulimischen Phase und einem Leere-Gefühl gelitten hätte.

Aber das Erstgespräch ist noch nicht ganz zu Ende. Ich spreche noch an, welche Stunden bei mir frei sind. Daraufhin bricht sie zusammen und sagt verzweifelt unter Tränen, dass sie zu diesen Zeiten definitiv nicht kommen kann. Ihr Chef, bei dem sie seit kurzem jobbt, lässt sie nicht vorher gehen. Da ist nichts zu machen. Aussichtslosigkeit, Verzweiflung und Ausgeliefertsein angesichts dieser Sackgasse sind so präsent, das es mir erstmal genauso geht wie ihr. Resigniert denke ich, alles umsonst. Wir sind zugleich hilflos und ohnmächtig, teilen diesen Gefühlszustand. Der analytische Kontakt, der sich aufgebaut hatte, bricht in dem Moment zusammen, in dem es um das Loslassen und die Trennung von mir als einem verständnisvollen und zugewandten Menschen geht. Es sind entscheidende 4-5 Minuten. Es steht nicht nur infrage, ob es für Kristina bei mir weitergeht, sondern auch, ob ich diesen Zusammenbruch des analytischen Kontaktes affektiv in mir halten und ihm emotional so eine Wendung geben kann, dass wir den Bruch wieder in einen Kontakt zurückverwandeln, ihn sozusagen für diese aktuelle Situation ‚heilen‘ können. Es rettet mich die Idee, dass das, was passiert, mit dem zu tun hat, was sie mir von ihrer Mutter erzählte, nämlich dass diese sie als Kind nicht haben wollte. Ich sage schließlich: „Ich verstehe, dass sie sich jetzt verzweifelt fühlen, weil gar kein Platz bei mir für Sie da zu sein scheint. Zugleich ist meine Erfahrung, dass es meistens doch Möglichkeiten gibt, das Zeitproblem zu lösen, wenn man sich einig ist, eine Analyse miteinander zu machen.“ Kristina kann daraufhin ihre Fassung so weit wieder gewinnen, dass wir erst einmal die nächste Stunde verabreden können. In vier weiteren Vorgesprächen klären wir, dass wir eine Analyse machen wollen.

Kristinas lebenslanger Kampf gegen ihre Liebes- und Hilfsbedürftigkeit: Rekonstruktion von Scham-Schuld-Konflikten

Kristina und ich konnten herausarbeiten, dass ihre Ängste vor dem Chef, der ihr nicht erlauben würde, zur Analyse zu kommen, auch eine Projektion ihres eigenen Über-Ichs darstellten. Mit einer Seite fürchtete sie ein vollkommenes Unverständnis dafür, etwas früher von ihrem Job gehen zu müssen, und hatte Angst, er würde ihr das äußerst übel nehmen, dass sie etwas ganz für sich bräuchte. Mit einer anderen Seite hoffte sie auch, dass ihr Chef sie davor bewahren würde, in die Analyse zu kommen. Wieso? Mit der Zeit wurde immer deutlicher, dass es für sie eine vergleichbare Schamkatastrophe wie für Robert Enke darstellte, sich hilfsbedürftig und angewiesen auf einen anderen Menschen und seine Liebeszuwendung zu erleben. Hilfs- und liebesbedürftig, angewiesen und abhängig zu sein, widersprach ihrem Ich-Ideal und ihrem Wunschbild von sich selbst in einem Ausmaß, dass sie sich dafür nicht nur zu Grund und Boden schämte, sondern sich dafür auch gnadenlos verurteilte. Abhängigkeit, Liebes- und Hilfsbedürftigkeit waren Zeichen ihres existentiellen Versagens und provozierten Selbstverdammnis. Innerlich befand Kristina sich in einer negativen Scham-Schuld-Spirale.

Im weiteren Analyseverlauf konnten wir sehr viel später Stück für Stück rekonstruieren, dass sie in ihrer Beziehung zur Mutter verschiedene Ebenen ungenügend bewältigter Scham-Schuld-Konflikte als Kind durchlebt hatte (vgl. auch Tiedemann 2013). Sie erinnerte sich an erbitterte Streitereien mit ihrer Mutter und sie innerlich zerreiende Ambivalenzkonflikte, in denen sie zwischen Hass und Liebe, zwischen die Mutter vernichten wollen und reumütiger Wiedergutmachung hin und her schwankte. Im Rahmen dieser für sie mit der Mutter nicht wirklich lösbaren Konflikte erfuhr sie Abhängigkeit von der Mutter als ein enorm kränkendes Sich-Unterwerfen-Müssen und Sich-Erpressbar-Machen. Sie schämte sich für ihre schwer erträgliche Abhängigkeit, die sie als Grund für ihre Niederlage und für ihr Gefühl, sich kleingemacht zu erleben, ansah. Zugleich fühlte sie sich schuldig, so eine schlimme Belastung für ihre Mutter zu sein.

Die Mutter litt selber an Depressionen und einem versteckten Alkoholismus, von dem alle in der Familie allerdings wussten, und neigte dazu, sich plötzlich und unvermittelt von Kristina abzuwenden, wenn sie sich gekränkt oder enttäuscht oder einfach emotional überlastet erlebte. Dann kam Kristina mit einer viel tieferen Scham in Kontakt, mit einer Scham für ihre Liebesbedürftigkeit. Diese bekam sie in solchen Situationen mütterlicher Abgewandtheit quälend zu spüren und sie

verarbeitete es so, dass sie ihre kindliche Liebesbedürftigkeit selbst als einen persönlichen Defekt erlebte. Indem sie ihre Liebesbedürftigkeit als Defekt behandelte und dagegen ankämpfte, konnte sie sich die Hoffnung und den Glauben bewahren, wenn sie nur genügend dagegen ankämpfen, ihre Liebesbedürftigkeit unter Kontrolle kriegen oder wegmachen könnte, dann könnte sie den Liebesentzug der sich abwendenden Mutter vermeiden oder deren Zuwendung wiedergewinnen. Sie müsse sich nur genug zusammenreißen und diese emotionale Ich-Leistung erbringen.

Wenn sie an diesem selbst gesetzten Leistungsanspruch scheiterte, die Mutter in ihrer Abgewandtheit blieb und Kristina in eine traumatogene Situation von Verlassenheit und Verlorenheit geriet, dann kam Kristina mit einer noch tiefer liegenden Scham in Kontakt. Wurmser (1990) nennt sie eine Ur-Scham. Die abweisende mütterliche Botschaft, so wie man ist, nicht liebenswert zu sein, wird hier ganz frühkindlich als Botschaft erfahren, grundsätzlich unerwünscht und nicht willkommen zu sein, so dass ein Gefühl entsteht, ohne Wert und ohne jegliche Daseinsberechtigung zu sein. Für das Kind kann sich darin ein Todeswunsch der Mutter vermitteln, der internalisiert und gegen sich gewandt als tief verankerte Selbstverneinung und Existenzschuld wie ein Todestrieb in ihm weiter wirken und Teil seiner Identität werden kann (Ferenczi 1929). Das tiefste unbewusste Motiv für einen Selbstmord finden wir hier.

Zur Dynamik der Analysand-Analytiker-Beziehung: Die analytische Arbeit an den psychischen Konflikten

Wie sich bereits im Erstgespräch andeutete, neigte Kristina dazu ihre inneren Konflikte projektiv in die Außenwelt zu verlagern und sich dann mittels Rückzug von der Außenwelt gegen die Rückkehr der Konflikte in ihre Innenwelt zu schützen. Anfangs bot ihr die Analyse so einen Rückzugsraum, in dem sie sich mit ihrer Scham und Schuld betreffenden Not angenommen und in ihrer Enttäuschungswut über sich und ihren entwürdigenden Job, aber dann auch über ihren unfähigen Chef und ihren erfolglosen Partner gehalten und verstanden erlebte. Nach einer Weile gestaltete sich die analytische Beziehung zwiespältiger und ihre Konflikte übertrugen sich mehr und mehr auf unsere therapeutische Beziehung. Diesen Vorgang nennen wir Übertragung. Zunehmend hielt sie mich mit Schweigen und Zurückgezogenheit auf Distanz, wenn sie mich zur emotionalen Entlastung akut nicht brauchte. In gewisser Weise konnte ich in meiner inneren Gefühlsreaktion darauf – das nennen wir die Gegen-Übertragung - spüren, wie es

sich für ein Kind mit einer emotional unerreichbaren, abgewandten Mutter anfühlt. Ich deutete daraufhin, dass ihre Zurückgezogenheit mit einem Misstrauen zu tun haben könnte, mit mir in eine Gefühlsenttäuschung hinein zu geraten, die sie von ihrer Mutter her kennen würde.

Sie begann nun, sich mir mehr zu öffnen. Aber dennoch kam es immer wieder zu emotionalen Rückzügen, in denen ich mich ausgeschlossen empfand. Allmählich verstand ich, dass ihr dies dann passierte, wenn sie sich schwach und bedürftig fühlte. Ich sprach als Vermutung an, dass es ihr vielleicht sehr schwer fallen würde, sich mir mit Seiten anzuvertrauen, die nicht mit den Wünschen übereinstimmen würden, wie sie sich selbst gerne erleben würde, und für die sie sich deswegen schämen würde. Daraufhin wirkte sie erleichtert, zugänglicher und mitteilbarer. In diese gute Entwicklung brach die äußere Realität in Form einer Kündigung durch ihren Arbeitgeber hinein, die sie als emotionale Katastrophe erlebte und zu einem Zusammenbruch ihres Selbst führte. Sie richtete ihre ganze Enttäuschungswut über ihren Chef gegen sich selbst und machte sich mittels gnadenlosen Selbstvorwürfen so nieder, dass sie in eine schwer suizidale Krise geriet.

Ich sprach an, dass meine Möglichkeiten, sie vor übermächtigen Suizidimpulsen zu schützen, im analytischen Setting begrenzt seien und wir auch an die Möglichkeit einer vorübergehenden stationären Behandlung denken sollten. Darauf reagierte sie äußerst ängstlich. Es stellte sich heraus, dass sie fürchtete, für mich - wie als Kind für ihre Mutter - eine zu starke emotionale Belastung geworden zu sein. Sie befürchtete, dass ich sie letztlich loswerden wollte. Wir konnten nun ansatzweise darüber sprechen, wie verzweifelt und wie verlassen sie sich als Kind und jetzt mir gegenüber angesichts dieses tief gehenden Abgewiesenseins fühlte. Ich sagte, dass ich gut verstehen könnte, wenn sie gehofft hätte, nie wieder im Leben in diese Verzweiflung zu geraten, und sie deshalb versucht hätte, die emotionale Situation mit ihrem Chef, mit mir und früher mit der Mutter vollkommen zu kontrollieren und keine Gefühlsbeziehungen und -konflikte an sich heran zu lassen. Als sie nun in gnadenloser und selbst verurteilender Weise davon sprach, dass sie eine absolute Versagerin sei, konnten wir darüber ins Gespräch kommen, dass sie nicht nur von sich selbst, sondern auch von der Analyse und von mir tief enttäuscht war. Sie kam nun mit ihrer intensiven Enttäuschungswut in Kontakt.

In einer längeren Phase schwankte sie hin und her zwischen Selbstentwertung und Entwertung von mir und der Analyse. Sie konnte nun diese Gefühlskonflikte, in denen sich die aktuellen mit ihren infantilen Enttäuschungen vermischten, in der Beziehung mit mir als ihrem Analytiker durchleben, ohne dass sie dafür eine Ablehnung für ihr Böse-Sein oder eine Vergeltung für ihre destruktiven und aggressiven Impulse durch mich erfuhr. Dadurch wurde es ihr möglich, diese Enttäuschungskonflikte zusammen mit mir ein Stück weit durchzuarbeiten und das verleugnete Enttäuscht- und Böse-Sein als einen Selbstzustand zu akzeptieren und in ihr Ich zu integrieren.

Für Momente konnte sie nun in der Beziehung mit mir Gefühle von Angenommensein und von Geborgenheit empfinden, die sie früher bei ihrer Mutter gesucht und vermisst hatte. Dann war es auch möglich, ihre Bedürftigkeit nach jemanden zu spüren, der sie liebevoll in den Arm nehmen könnte. Da dies aber zugleich mit einem schmerzhaften Gefühl des Vermissens verbunden war, erlebte sie sich schnell wieder als emotionalen Schwächling und verschloss sich vor ihrer Sehnsucht, geliebt zu werden. Wenn es möglich war, sie auf diesen Rückzug aus der Gefühlsbeziehung zu mir und zu sich selbst als Gefühlswesen anzusprechen, konnte sie manchmal traurig über sich und darüber werden, dass sie in diesem Augenblick nicht anders konnte und sich in ihren aktuellen emotionalen Fähigkeiten begrenzt erleben musste.

Die beschriebene Durcharbeitung der Konflikte um Enttäuschung und Scham und um Wut und Schuld setzte sich in der Folge in weiteren wiederkehrenden Durchläufen fort. Diese wurden einerseits durch die äußere Realität angeheizt. Sie erlebte sich einer erniedrigenden Abhängigkeit von Hartz IV unterworfen und dazu genötigt, sich demütigenden Bewerbungsverfahren auszusetzen. Andererseits machte sie die Erfahrung, in diesen äußeren wie inneren Konflikten von mir nicht alleingelassen, sondern verständnisvoll gehalten und angenommen zu werden. Dies befähigte sie, in Gefühlsauseinandersetzungen mit sich selbst, mit mir und anderen zu bleiben und sie durchzustehen, anstatt vor ihnen zu flüchten. Sie konnte emotional besser für sich sorgen und zu sich selbst mit ihrer Hilfs- und Liebesbedürftigkeit und der damit verbundenen Problematik stehen. Schließlich konnte sie die Liebe eines neuen Partners und das Interesse eines Unternehmens gewinnen, bei dem sie mit dem Ende der Analyse endlich ihre lang ersehnte „Wunschstelle“ antreten konnte.

In ihrer letzten Analysestunde ging Kristina noch einmal auf die Beziehung zu mir als ihrem Analytiker ein: „Ich hatte keine Lust auf diese Stunde heute, aber ich glaube, dass Sie Recht hatten. Ich bin traurig, dass etwas vorbei gehen wird. Oft komme ich nicht gerne, aber trotzdem spreche ich gerne mit Ihnen. Und ich weiß nicht, ob ich es allein und ohne Sie schaffe. Es ist überhaupt nicht meine Art, zu sagen, dass ich diese Angst habe.“ Sie weint. Am Ende der Analyse ist nicht alles gut. Aber Kristina kann sich und ich kann Kristina wahrhaftiger erleben. Kristina muss sich und ihre Liebes- und Hilfsbedürftigkeit nicht mehr verleugnen.

Das leere Ich in der Rückschau und die zeitgenössische Psychoanalyse

Ich habe die Entleerung des Ich von allen wahrnehmbaren Gefühlskonflikten und Gefühlsverbindungen mit anderen Menschen anfangs als sozio - kulturellen Habitus in Form von Coolness im Sinne von Gleichgültigkeit beschrieben. Mit ihm versuchen die Menschen, gesellschaftliche Erwartungszwänge an Flexibilität, Mobilität, Variabilität, Optimierung ihres Selbst zu bewältigen, um wie gewünscht funktionieren zu können. Anschließend habe ich die Entleerung des Ichs als eine psychische Verleugnungsabwehr von unerträglichen Scham-Schuld-Konflikten und von traumatischen Zuständen von Vernichtung, Verlassenheit, Hilflosigkeit und Liebesbedürftigkeit beschrieben.

Einerseits helfen Coolness und Verleugnungsabwehr, ein Stück weit sozial und psychisch zu überleben, andererseits unterminiert und zerstört die Entleerung des Ichs von allen wahrnehmbaren Gefühlskonflikten und Gefühlsverbindungen mit anderen Menschen die affektiven Grundlagen von psycho-sozialen Beziehungen und der darin eingebetteten Persönlichkeit des Menschen. Wir können diese selbstdestruktive Wendung am Schicksal von Robert Enke sehen. Er geriet in eine Spirale der zunehmenden Isolation, je mehr er eigentlich die Hilfe und Zuwendung anderer benötigt hätte, weil er aus Scham und Schuld bis zum Schluss dagegen ankämpfte und nur noch im Suizid den Ausweg sah.

Anders als der Torwart Robert Enke besaß der Schriftsteller Wolfgang Herrndorf die Fähigkeit, anderen und uns etwas in persönlichen Worten aus der Innenperspektive des sich entleerenden Ichs als einer psychischen Abwehrformation mitzuteilen und sich dadurch aus der Gefahr der selbstdestruktiven Isolation herauszuarbeiten. Er war fähig, sich selbst emotional wahrzunehmen, seine psychischen Reaktionen zu beobachten und das Bedrohliche in seine Gefühls- und Innenwelt zu integrieren. Dadurch wird die Entleerung des Ichs in eine Selbsterfah-

rung, die den Kampf mit der tödlichen Krankheit zum Inhalt hat, eingebettet. Obwohl diese emotionale Selbsterfahrung eine ganz persönliche und private Selbsterfahrung ist, erreicht sie den anderen, berührt uns emotional und bereichert einen ganz persönlich, trotz der ganzen Schrecklichkeit, die das Thema des Sterben - Müssens in sich hat.

Kristina war in einer ähnlichen Isolationsspirale wie Robert Enke gefangen, aber schaffte es, vielleicht aufgrund ihrer therapeutischen Vorerfahrung als Jugendliche, den Schritt zu mir als Analytiker zu machen. Kristina gehörte zu der seit den 70er/80er Jahren wachsenden Gruppe der nicht-neurotischen Patienten mit Identitätsbrüchen und fragiler Ich-Struktur. Sie stellten eine große Herausforderung für die traditionelle Psychoanalyse als einer klinischen Disziplin dar. Die Entwicklung der zeitgenössischen Psychoanalyse, auch ihre Diversifikation in unterschiedliche Strömungen⁷ und ihr Austausch mit benachbarten Ansätzen⁸, kann als Antwort auf diese Herausforderung verstanden werden.

Einerseits bewahrt die Psychoanalyse den Kern des freudschen Ansatzes, dass es um Bewusstmachung von Unbewusstem und Einsichtsvermittlung geht, andererseits erweitert die zeitgenössische klinische Psychoanalyse ihre Praxis um weitere wesentliche Dimensionen. Sie berücksichtigt nun stärker

- Affekt- und Gefühlszustände sowie die Intoleranz dafür,
- die Bedeutung von Beziehung und Beziehungsproblematiken sowie deren Aktualisierung in der Interaktion zwischen Analysandin und Analytiker,
- frühe Entwicklungstraumata und damit zusammenhängende Ich - Deformationen,
- das Niveau der psychischen Verarbeitungsfähigkeiten für emotionale Erfahrungen und die psychischen Ich-Ressourcen für Veränderung,
- das Hier und Jetzt der analytischen Situation und die Gegen-Übertragung, d.h. die Gefühlsreaktion des Analytikers auf die Übertragung des Analysanden, und
- die Rolle des Analytikers als eines Menschen, der mit seiner Aufmerksamkeit, Empathie und Resonanz, mit seiner Haltung und seinem Verständnis dem Analysanden neue Erfahrungen ermöglicht, die eine in die Tiefe seiner Persönlichkeit reichende Selbstveränderung anregen und fördern.

⁷ Die wichtigsten wären: moderne Ich-Psychologie bzw. Strukturtheorie; Objektbeziehungstheorie (Klein, Winnicott, Bion, Sandler); Selbstpsychologie; relationale, intersubjektive oder interpersonale Psychoanalyse.

⁸ Die wichtigsten wären: Säuglings- und Kleinkindforschung, Bindungstheorie, Mentalisierungsansatz, Neurowissenschaften.

Im Fall von Kristina hieß das, dass verdrängte und verleugnete Gefühlskonflikte, die für ein frühes Entwicklungsstrauma von Verlassenheit standen, und abgespaltene Affektzustände, die für das Ich nicht tolerierbar waren, in der Beziehung zum Analytiker als Beziehungskonflikte im Hier und Jetzt der analytischen Situation auflebten. Die auf Verständnis abzielende Durcharbeitung dieser aktualisierten Gefühls- und Beziehungskonflikte zusammen mit dem Analytiker förderte die Affekttoleranz und das symbolische Verarbeitungsvermögen, vertiefte und differenzierte das Selbstverständnis der Analysandin und ermöglichte die Erfahrung einer Form von Mütterlichkeit, die der Analysandin in entscheidenden, ihr Ich prägenden Situationen ihrer frühen Kindheit fehlten.

Diese analytische Durcharbeitung der aktualisierten Gefühls- und Beziehungskonflikte erlaubte ihre schrittweise Re-Integration in die Persönlichkeit der Analysandin und nahm dem frühen Verlassenheitstrauma seine schädigende Wirkung. Das Ich ist dann nicht mehr gezwungen, sich zu entleeren und vor sich selbst zu flüchten, sondern kann sich in seiner eigenen Gefühls- und Innenwelt wieder Zuhause fühlen und zu sich selber stehen. Wahrhafter Lieben und Hassen, Leben und Arbeiten wird möglich und es kann eine gewisse Resistenz gegen gesellschaftliche Erwartungszwänge und damit verbundenen Scham- und Schulddrohungen, sozial und persönlich ein Versager und ein Nichts zu sein, entwickelt werden. Wahrhaftigkeit wird gegen Entfremdung gestärkt.

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.

Literatur

- Baumann, Z. (2008) Flüchtige Zeiten. Leben in Ungewissheit
Bion, W. (1962) Eine Theorie des Denkens. In: Bion, W. (2013) Frühe Vorträge und Schriften. Frankfurt a. M., S. 125 - 135
Ehrenberg, A. (2008) Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt a. M.
Ferenczi, S. (1929) Das unwillkommene Kind und sein Todestrieb. In: Ders. (1970) Schriften zur Psychoanalyse II, S. 251 - 256
Herrndorfer, Wolfgang (2013) Arbeit und Struktur. Reinbek bei Hamburg
Kind, J. (1992) Suizidal. Die Psychoökonomie einer Suche. Göttingen
King, V. (2011) Beschleunigte Lebensführung – ewiger Aufbruch. Neue kulturelle Muster der Verarbeitung und Abwehr von Vergänglichkeit in Lebenslauf und generationsbeziehungen. In: Psyche – Z Psychoanal 65, 2011, S. 1061- 1088
Leuzinger-Bohleber, M.; Bahrke, U.; Negele, A. (Hg.) (2013) Chronische Depression. Verstehen – Behandeln – Erforschen. Göttingen
Psyche – Sonderheft (2010) Depression. Neue psychoanalytische Erkundungen einer Zeitkrankheit.
Reng, Ronald (2010) Robert Enke. Ein allzu kurzes Leben. München
Rosa, H. (2011) Beschleunigung und Depression – Überlegungen zum Zeitverhältnis der Moderne. In: Psyche – Z Psychoanal 65, 2011, S. 1041- 1060

- Rosa, H. (2013) Beschleunigung und Entfremdung. Entwurf einer kritischen Theorie spätmoderner Zeitlichkeit. Berlin
- Siemers, Ch. (2010) Der beste Mann im falschen Job. Rezension zu Ronald Reng (2010)
- Robert Enke. Ein allzu kurzes Leben. In: Zeit 09. 11. 2010
- Tiedemann, J. (2013) Scham. Gießen
- Winnicott, D.W. (1974) Reifungsprozesse und fördernde Umwelt. Berlin
- Winnicott, D.W. (1979) Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart
- Wurmser, L. (1990) Die Maske der Scham. Berlin