

Wie geht Psychoanalyse? Was geschieht in der psychoanalytischen Situation?

Herzlich Willkommen – ich begrüße Sie alle und lade Sie ein, mit mir heute die klinische Situation der Psychoanalyse etwas genauer anzuschauen. Zum Hauptthema der Herbstakademie – „Was ist Psychoanalyse?“ haben Sie nun bereits Einiges gehört. Ich möchte mich mit Ihnen der Frage widmen: „Wie geht Psychoanalyse?“ Mit anderen Worten: Was machen die da eigentlich – Analytiker und Analysand? (ich verwende in diesem Vortrag der Einfachheit halber die männliche Form und meine jeweils natürlich gleichwertig beide Geschlechter)

Diese Fragen also – ‚Was geht da vor sich und wie ist die klinische, psychoanalytische Situation beschaffen?‘ – werden immer wieder gestellt. Interessierte Laien, hausärztliche Kollegen, andere Fachärzte, Psychiater und Psychologen fragen – alle wissen auch etwas darüber oder haben eine Vorstellung. Oft jedoch – so ist jedenfalls meine Erfahrung – besteht eine große Verwirrung und eine nur oberflächliche Kenntnis der tatsächlichen Behandlungspraxis der Psychoanalyse. Das liegt natürlich auch daran, dass es nicht eine klar geregelte Behandlungspraxis gibt, sondern eine große und pluralistische Vielfalt an theoretischen und praktischen Haltungen, viele Mythen, eine inneranalytische Debatte und Debatten mit den Nachbarwissenschaften. Und es gibt mittlerweile viele Abspaltungen, Weiterentwicklungen, Verwässerungen und kulturelle Stile der Psychoanalyse. Mich beruhigt das eher, weil es die Lebendigkeit dieser Wissenschaft zeigt. Wenn man sich nun der Psychoanalyse an sich zuwendet, so gibt es bei aller Vielfalt dennoch einen *common ground*, auf den sich bei allen bestehenden Differenzen die meisten Vertreter dieser Profession einigen können. Vieles wo sozusagen Psychoanalyse draufsteht, ist bei genauer Betrachtung keine – sondern z.B. häufig eine der mittlerweile zahlreichen klinischen

Anwendungsformen und psychotherapeutischen Entwicklungen in deren Rahmen auch psychoanalytische Grundlagen vorkommen. Ich möchte damit keine Wertung irgendeines Verfahrens vornehmen – sondern nur die Differenz beschreiben.

Die Psychoanalyse war seit ihrer Entwicklung durch Freud in vielen Ländern der Welt so nachhaltig einflussreich, dass sie im Laufe des 20. Jahrhunderts längst unsere Kultur beeinflusst hat und sich viele ihrer Grundkonzeptionen und Begriffe ins gesellschaftliche Allgemeinbewusstsein und in den sprachlichen, wissenschaftlichen und kulturellen Diskurs eingeschrieben haben. Ein gewisses Grundverständnis über die Realität unbewusster, versteckter, auch unheimlicher Aspekte des menschlichen Lebens mit seinen Triebkräften und mit den nicht vollständig bewusst erfassbaren Dimensionen jeder zwischenmenschlichen Interaktion haben die meisten Menschen übernommen. Die sich fortlaufend wiederholenden Entgleisungen der menschlichen Zivilisation und des Ethos werden häufig unter Verwendung psychoanalytischer Termini medial und populärwissenschaftlich diskutiert. Heute stecken in fast jedem guten journalistischen Kommentar – durchaus auch im Wirtschafts- oder Politikbereich, nicht nur im Feuilleton, in vielen wissenschaftlichen Publikationen unterschiedlichster Fakultäten und in der Alltagssprache eine Fülle an psychoanalytischen Begriffen und psychoanalytischen Grundannahmen – wenn auch häufig oberflächlich, oder verzerrt dargestellt. Selbstverständlich und allgegenwärtig verwendet werden Bezeichnungen wie Unbewusstes, Konflikt, Ich, Es und Über-Ich, Fehlleistung und Regression. Viele Menschen haben ein Verständnis von Abwehrmechanismen wie Verdrängung, Projektion, Spaltung, Intellektualisierung, Rationalisierung, Verschiebung oder Verleugnung. Begriffe wie Narzißmus erscheinen geradezu inflationär verwendet, häufig ohne die Phänomene wirklich zu begreifen.

Freuds Arbeit widmete sich einerseits der Ausarbeitung von Anwendungen der Psychoanalyse als Therapieverfahren, als Methode zum Verständnis und zur erfolgreichen Behandlung unbewusster, dynamisch wirksamer Konflikte und Antriebe auf das Seelenleben und die psychische Gesundheit einzelner Individuen. Andererseits konzeptualisierte Freud auch immer eine Psychoanalyse als Kulturanalyse, die durch Aufklärung unbewusster Anteile des gesellschaftlichen Bewusstseins z.B. repressive Strukturen in Frage stellte. Heutige gesellschaftliche Debatten, inklusive der damit einhergehenden Aufklärung, z.B. – um nur einige zu nennen - über Häufigkeit und seelische Folgen von Kindesmissbrauch, über Konfliktlösungsstrategien u.a. durch Einfühlung in den feindlichen Anderen, über das heutige Wissen um die Konsequenzen fehlender Trauerarbeit in der Vergangenheitsbewältigung, über die Forschung zu Entstehung und Funktion von Feindbildern sind ohne die „Vorarbeit“ der Psychoanalyse nicht vorstellbar. Weiterhin wurden das Denken und manche Grundkonzeptionen der Psychoanalyse vielfach in die Kultur hinein übernommen. So inspirierte sie zahlreiche Künstler und Schriftsteller, die u.a. die Methode der freien Assoziation intensiver für ihr Werk nutzten oder die sich der immer konflikthafteren und triebhafteren Einflüsse auf ihre jeweiligen künstlerischen Neuschöpfungen bewusster wurden. Trotz der z.T. heftigen gesellschaftlichen und professionellen Abwehr gegen Freuds Arbeiten zur infantilen Sexualität und zur Bedeutung von libidinösen und destruktiven Triebkräften auf die menschliche Psyche gewann die Psychoanalyse im klinisch- psychiatrisch-therapeutischen Bereich zunächst immer mehr an Bedeutung. Vielfach wurde sie auch von außen und innen idealisiert – mit den entsprechenden und von Freud schon vorausgesehenen Folgen der Entwertung und Verzerrung. Von außen fand dies statt, durch eine häufig enthusiastische Überhöhung der Erwartungen an die Heilskraft der neuen Kur als Supertherapie. Von innen durch im Rückblick selbstgerecht erscheinende Analytiker, die sich selbst, ihr jeweiliges Theorieverständnis oder die Methode insgesamt idealisierten. Durch diese Einflüsse bildeten sich

Klischees. Hauptfaktor für die Klischeebildung und die Neigung zu Entwertungen bleibt m.E. aber weiterhin die generelle Abwehr gegen das Ungeheuerliche an den Erkenntnissen der Psychoanalyse. Schon Freud wies immer wieder darauf hin, wie kränkend die Zumutungen der Psychoanalyse auf den Menschen wirken, der ja oft in dem Gefühl lebt, Kraft seines Bewusstseins und seiner Intelligenz Herr im eigenen Hause zu sein.

Diese Abwehr wirkt auch heute, in unserer Zeit. Es besteht zum Beispiel eine Kluft zwischen dem allgegenwärtigen Gebrauch psychologischer Kategorien und auch psychoanalytischer Begriffe – jeder ist Psychologe – und dem was man wirkliches Verständnis nennen könnte. Auch im professionellen klinischen und universitären Rahmen fehlt heute Vieles. In Kliniken und vor allem an den psychologischen oder medizinischen Fakultäten wird Psychoanalyse kaum noch, oder in der Darstellung sehr verzerrt und oft abwertend vermittelt.

Dazu kommt, dass Psychoanalytiker sich meist sehr zurückhalten, sich kaum vermarkten und sich vorwiegend innerhalb ihrer eigenen Profession äußern. Es gab und gibt natürlich Ausnahmen, also Analytiker und Analytikerinnen die sich öffentlich zeigen und einmischen. In Deutschland waren das vor allem Alexander und Margarete Mitscherlich, Horst-Eberhard Richter, Christa Rhode-Dachser. Heute sind es u.a. Michael Buchholz und Wolfgang Schmidbauer. Es gab die Best-Seller von Alice Miller, Tilmann Moser und Anderen. Aber meist sind Analytiker nicht sehr öffentlich, publizieren fast ausschließlich in Fachzeitschriften und in einer sehr eigenen Sprache.

Persönlich bedeutet dies für den praktizierenden Analytiker einen Bruch mit der Zeit in der er lebt. Häufig sind Narrative und Klischees über psychische Erkrankung, die menschliche Grundsituation und auch über die Psychoanalyse medial vermittelt. Im Netz und in allen Medien - auf allen Kanälen der „erregten Gesellschaft“ (Christoph Türcke, 2002) wird auch über Psychisches und die Psychoanalyse (die häufig gleichgesetzt wird mit Psychotherapie insgesamt) geschrieben, geredet, getalkt, geschwätzt und gebloggt. Immer schneller und immer kürzer werden die Statements. Gleichzeitig scheinen sie

intensiv, oft von Bildern unterlegt, erregend halt, irgendwann betäubend. Aus analytischer Perspektive wiederum ersetzt diese Beschäftigung an der Oberfläche und die schnelle Einordnung komplexen seelischen Leidens in immer spezifischere Diagnosen und gleich dazu passende „ökonomisch sinnvolle Therapien“ oft die eigentliche, schmerzliche oder durchschnittliche Realität der jeweiligen subjektiven Lebenswelt des betroffenen Menschen oder die Komplexität dessen, worüber gesprochen wird. Oftmals scheint es, als werde der persönlich wie gesellschaftlich notwendige Diskurs bzw. der zu weiterer Reifung und Integration führende Trauer- und Entwicklungsprozess vermieden.

Kommen wir zu den Klischees. Sie erzählen viel über das äußere Erscheinungsbild und das populäre Verständnis dessen, was Psychoanalyse sei. Einige Beispiele anhand von Cartoons und aus dem Bereich der Komödie:

Der Analytiker ist auch krank, bedürftig oder verrückt. Beide gehören auf die Couch. (Cartoon S. 27)

Es geht nur um das Rumstochern in der Vergangenheit. (Cartoon S. 41)

Der Analytiker zwingt dem Patienten Theorien auf. (Cartoon S. 49)

Dem Analytiker geht es nur ums Geld. (Cartoon S. 85)

Psychoanalyse dauert ewig, der Patient jammert, der Analytiker redet nicht und es passiert eigentlich nichts. *Interview: Woody Allen/Dick Cavett, (1970)*

Der Patient präsentiert Symptome, der „Analytiker“ deutet machtvoll, gibt seine „Analyse“ als aktiven Rat, löst das Problem, ist dabei eigentlich nur an sich selbst interessiert. *Filmclip: What about Bob? (1991)*

Der Patient füllt mit quälendem Geweine sein Jammerstündchen aus, der desinteressierte Analytiker ist aggressiv und gelangweilt, gibt sadistisch-invasive Deutungen. *Filmclip: there is something about Mary (1998)*

Was ist dran an diesen Klischees?

Natürlich ist auch was dran! In verdichteter und stark zugespitzter Form zeigen sich in den Klischees manche Schwierigkeiten des psychoanalytischen Alltags. Auch Entgleisungen dieser einzigartigen und schwierigen Situation zwischen zwei Menschen werden dadurch beschrieben. Seit Freud und seinen direkten Nachfolgern ist am Verständnis und an der Entwicklung der psychoanalytischen Situation kontinuierlich gearbeitet worden.

Ich will versuchen, hier im Folgenden einige Aspekte der heutigen Sicht auf diese klinische Situation zu beschreiben.

Zunächst besteht ein besonderer Rahmen. Ich beziehe mich jetzt auf die psychoanalytische Standardsituation, also ein höherfrequentes Setting im Liegen auf der Couch, mit 3 bis 5 Stunden in der Woche. Das macht nicht jeder mit – und es ist nicht immer geeignet. Die Indikation muss stimmen, eine gewisse Intelligenz und Fähigkeit zur Introspektion sind hilfreich. Ein Leidensdruck muss bestehen, aber auch eine ausreichende Ich-Stärke um mit der Verführung zur Regression, dem relativ unstrukturierten Zustand und dem möglicherweise auch häufig belastenden bewusst-werdenden Material umgehen zu können. Die ganze Behandlung läuft immer auch gegen

Widerstände. Verabredet werden Regelungen zu Verlässlichkeit des Settings, zur Bezahlung der Stunden, zu Ausfallstunden, Urlauben und zur Grundregel – der Analysand möge alles sagen was ihm durch den Kopf gehe. Auf diese Grundregel werde ich gleich noch genauer eingehen, ebenfalls auf die Haltung der gleichschwebenden Aufmerksamkeit des Analytikers. Beides, zusammen mit der Tatsache, dass der Patient auf einer Couch liegt sind wesentliche Charakteristika einer unstrukturierten, die Regression fördernden Situation, die dafür geschaffen wurde, Unbewusstes bewusster zu machen.

Um dies verständlicher zu machen, hole ich hier etwas aus und komme zu einigen wesentlichen, von Freud ausgearbeiteten Grundkonzeptionen. Sie haben darüber in den letzten Tagen vermutlich schon einiges gehört. Dennoch hier noch einmal etwas zum Unbewussten und zur Übertragung:

Eine der ersten Freudschen Thesen war das Verständnis von Übertragung unbewusster seelischer Inhalte ins Bewusstsein.

Zitat 1: Traumdeutung, 1900, S. 568:

„ ... daß die unbewußte Vorstellung als solche überhaupt fähig ist, ins Vorbewußte einzutreten, und daß sie dort nur eine Wirkung zu äußern vermag, indem sie sich mit einer harmlosen, dem Vorbewußten bereits angehörigen Vorstellung in Verbindung setzt, auf sie ihre Intensität überträgt und sich durch sie decken läßt. Es ist dies die Tatsache der *Übertragung*, welche für so viele auffällige Vorfälle im Seelenleben der Neurotiker die Aufklärung enthält. Die Übertragung kann die Vorstellung aus dem Vorbewußten, welche somit zu einer unverdient großen Intensität gelangt, unverändert lassen, oder ihr selbst eine Modifikation durch den Inhalt der übertragenen Vorstellung aufdrängen.“

Es handelt sich also um den Transfer einer unbewussten Vorstellung, die sich mit einer harmlosen, dem Vorbewussten bereits angehörigen Vorstellung in Verbindung setzt, auf sie ihre Intensität überträgt und sich durch sie decken lässt. Dieser erste Begriff von Übertragung war die Grundlage für Freuds Modell einer analytischen Technik. Christopher Bollas prägte in diesem Zusammenhang den Begriff des Freudschen Paares. Dieses Paar, diese Beziehung konstituiert sich aus dem frei assoziierenden Analysanden und dem

gleichschwebend aufmerksamen Analytiker. Diese Art der Beziehung und Verabredung dient speziell dazu, unbewusste Gedankenlinien ans Licht zu bringen, mit dem Ziel, einige der latenten Gedankeninhalte zu entdecken. Es handelt sich um eine revolutionäre Entdeckung einer neuen Form von Objektbeziehung.

Zitat 2, aus Psychoanalyse und Libidotheorie, 1923:

„Man leitet die Behandlung ein, indem man den Patienten auffordert, sich in die Lage eines aufmerksamen und leidenschaftslosen Selbstbeobachters zu versetzen, immer nur die Oberfläche seines Bewußtseins abzulesen und einerseits sich die vollste Aufmerksamkeit zur Pflicht zu machen, andererseits keinen Einfall von der Mitteilung auszuschließen, auch wenn man 1) ihn allzu unangenehm empfinden sollte, oder wenn man 2) urteilen müßte, er sei unsinnig, 3) allzu unwichtig, 4) gehöre nicht zu dem, was man suche. Es zeigt sich regelmäßig, daß gerade Einfälle, welche die letzterwähnten Ausstellungen hervorrufen, für die Auffindung des Vergessenen von besonderem Wert sind.“ (1923a, S. 214f.)

Die dunklen Geheimnisse des Patienten seien von höchstem Wert – dieser Gedanke wird von Freud verworfen. Gerade dem scheinbar Irrelevanten, tief im Herzen des Alltäglichen gibt Freud den höchsten Wert. Er fährt fort:

Zitat 3:

„Die Erfahrung zeigte bald, daß der analysierende Arzt sich dabei am zweckmäßigsten verhalte, wenn er sich selbst bei *gleichschwebender Aufmerksamkeit* seiner eigenen unbewußten Geistestätigkeit überlasse, Nachdenken und Bildung bewußter Erwartungen möglichst vermeide, nichts von dem Gehörten sich besonders im Gedächtnis fixieren wolle, und solcher Art das Unbewußte des Patienten mit seinem eigenen Unbewußten auffange“. (1923a, S. 215)

Freud stellt unmissverständlich fest, die Arbeit in der Psychoanalyse gehe von Unbewusst zu Unbewusst. Analytiker oder auch Analysand – in einer Sitzung bis dahin gedankenverloren – machen bei dieser Art des Beisammenseins möglicherweise überraschende Entdeckungen. Man wird – wenn man dafür aufmerksam sein kann, die Grundregel einhält und nicht zu schnell strukturiert denkt, spricht oder fragt, von der Logik der Gedankenabfolge ergriffen, die das UBW von Analytiker oder Analysand liefert. Bion spricht hier auf Seiten des Analytikers auch von Reverie – was soviel bedeutet wie „Träumerisches Ahnungsvermögen“. Das Freudsche Paar funktioniert insofern zunächst als unbewusst denkende Einheit. Die Fragen lauten dann: Versteht der Analytiker

die Übertragung des Analysanden? Versteht er das Bedürfnis frei zu denken, in Gegenwart des Analytikers? Hört er mit offenem Sinn zu? Die Aufmerksamkeit wird gleichschwebend gerichtet auf die scheinbar unbedeutenden Einfälle, auf die Lücken zwischen dem Assoziieren, die Lücken zwischen den Phrasen. Der Gang der Zeit treibt den Prozess freier Assoziationen an, der unausweichlich zu anderen Gedanken führt. Wenn man eine solche Beziehung anregt, pflegt und im Laufe der Zeit hinbekommt – dann kommt es zur Bewusstwerdung vormals unbewusster, nicht denk- oder fühlbarer Inhalte. Muster, Wünsche, Impulse, Gefühle können sichtbar und symbolisiert werden werden – wo vorher ggf. somatisiert wurde, über Symptome oder Erkrankung sich Inhalte ausdrückten, wo Trauern, Wütend-Sein, Lustvoll-Sein, Sich-Selbst-Spüren nicht ausreichend gingen.

Wolfgang Mertens schreibt dazu in seinem Artikel:

Zitat 4: *„Das Zwei-Personen-Unbewusste – unbewusste Wahrnehmungsprozesse in der analytischen Situation“:*

„Es geht in Psychoanalysen, analytischen sowie tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapien nicht nur um eine Bewusstmachung des psychodynamisch Unbewussten, sondern auch um empathische Resonanz, Selbstwertunterstützung, Verbesserung der Affekt- und Impulssteuerung, Symbolisierung und Mentalisierung von bislang Unaussprechbarem und noch nie Gefühltem, Neueinstellung und Durcharbeitung von gemeinsam agierten Handlungsmustern u.a.m.“. (Psyche, 9/10 2013, S. 817)

Die Psychoanalyse hat sich im Laufe der Zeit die Ergebnisse der modernen Gedächtnisforschung, der Säuglingsforschung und der Neurowissenschaften angeeignet. Die Gedächtnisforschung zeigt, dass das menschliche Gehirn Information in verschiedenen, voneinander getrennten Strukturen speichert. Mertens beschreibt insofern die analytische Beziehung als Wahrnehmungssituation, in der auch implizite und prozedurale Beziehungsstrukturen und somit nicht-bewusste Wahrnehmungsvorgänge von beiden Beteiligten eine zentrale Rolle spielen. Hier ist wichtig zu betonen, dass

das implizite, prozedurale Wissen nicht dem psychodynamisch Unbewussten oder dem Verdrängten entspricht und die Speicherung in einem Gedächtnissystem erfolgt, welches der bewussten Erinnerung nicht zugänglich ist. Dennoch ist dieser Bereich wirksam und handlungssteuernd.

Bereits zwischen kompetentem Säugling (D. Stern) und betreuender Umwelt ist die Beziehungsregulierung der Kern aller Interaktion. Der Dialog zwischen Kind und Eltern enthält hochkomplexe Austausch-, Spiegelungs- und Verhandlungssituationen. In diesem Dialog werden mimische, gestische und körperlich ausgedrückte Affektsignale entschlüsselt, werden über Einfühlung wechselseitige Abstimmungsvorgänge und Affekte aufgenommen und reguliert. All dies geschieht schon vor der Sprachentwicklung, vor dem eigentlichen Denken. Wenn diese Prozesse gut genug gelingen bildet sich die Grundlage für spätere Selbst-, Affekt- und Beziehungsregulation, für spätere Selbst-Bewusstheit, Ich-Stärke, die Möglichkeit zu ausreichender Selbst-Liebe und Objektliebe. Wenn diese Prozesse gestört werden durch Traumen, durch Empathie- und Spiegelungsmängel auf Seiten der Erwachsenen dann muss das Kind sich behelfen. Es muss dann quasi übermäßig „autonom“ regulieren u.a. durch Entwicklung oder Beibehaltung primitiver Abwehrmechanismen wie Spaltung, Projektion, Introjektion. Das noch mit geringer Ich-Stärke und Integrationsfähigkeit ausgestattete, in Entwicklung befindliche Kind muss dann im Sinne einer „frühen Störung“ durch Rückzug, Isolation, primitive Verdrängung oder projektive Auslagerung von seelischem Material sein Ich vor Desintegration und Übererregung schützen. Die psychoanalytische Situation bietet eine einzigartige Gelegenheit, genau auch diese frühen seelischen Prozesse und interaktiven Austauschvorgänge ins Erleben zu bringen. Dadurch entstehen Möglichkeiten der Fürsorge für diese früh in ihrer Entwicklung gestörten Personen. Es entstehen Möglichkeiten zur Selbsterfahrung und Selbstentwicklung in der analytischen Beziehung. Die Symbolisierung von Rohmaterial, welches vorher nur durch Druck, Symptomatik oder Psychosomatik sich bemerkbar machen konnte, kann

gefördert werden. Symbolisierung bedeutet hier Aussprechen, Verwörtern, Bezeichnen.

Eine zweite Bedeutung von Übertragung spielt eine weitere wichtige Rolle: Die Übertragung unbewussten Materials auf und in die Person des Analytikers. Unbewusste Wünsche und wiedererlebte Erinnerungen früherer Beziehungen, Bezüge und Muster im Hinblick auf frühere Objekte werden in oder auf den Analytiker projiziert. Im Hier und Jetzt der Beziehung und der emotionalen Berührung zwischen Analytiker und Analysand bilden sich solche Transfers. Es bilden sich Handlungsdialoge, Enactements, unbewusstes Agieren – manchmal auf beiden Seiten. Handlungsdialoge sind Dinge, die z.B. ein Analysand tut ohne Bewusstheit dafür, ohne Intention, ohne Worte gewissermaßen. Sie enthalten Szenen, vermitteln etwas noch nicht Sagbares, sie drücken über Handlung etwas aus. Das szenische Verstehen spielt hier eine Rolle, die Möglichkeit die Szene und die Handlung aufzunehmen, zu verwörtern, in Sprache und in die Kommunikation zu geben. Die Aufgabe beider Beteiligten ist es dann, oft auch erst nachträglich, durch Deuten und Verstehen die dem Übertragungsvorgang innewohnenden Inhalte und psychischen Bedeutungen bewusst und damit fühlbar und integrierbar zu machen. Auch hier spielt das Sensorium des Analytikers eine wichtige Rolle, indem er über Bewusstmachungsmöglichkeiten verfügt, sein zunächst auch für ihn unbewusstes Gegenübertragungserleben zu erfassen und in Sprache zu fassen, und zum geeigneten Zeitpunkt und in quasi verdauter Form das seelische Material dem Analysierten in Form von Deutungen zur Verfügung zu stellen. Es zeigen sich hierbei Muster unbewusster, biographisch prägender Objektbeziehungen, die sich in der aktuellen Beziehung zum Analytiker wiederholen und bemerkbar machen. Die psychoanalytische Arbeit vollzieht sich über weite Strecken auch in einer Form von Zulassen und Aushalten solcher Übertragungs- und Gegenübertragungsvorgänge und ermöglicht dem Analysierten häufig erstmals, differenzierende Wahrnehmungen dieser

Vorgänge und damit Möglichkeiten einen reflexiven Bezug herzustellen, aus dem Bann von reinen Wiederholungen hervorzutreten.

Die Deutungen des Analytikers vollziehen sich idealerweise entlang der jeweiligen Abwehrstruktur des Analysanden. Die Deutungstätigkeit vollzieht sich gewissermaßen von außen nach innen. Jede Deutung ist auch ein Angriff, eine Belastung der Sicht- und Erlebensweisen des Analysanden. Für jede Deutung geht der Analytiker ein Stück heraus aus der oben beschriebenen Haltung der unstrukturierteren, gleichschwebenden Aufmerksamkeit und fokussiert auf die Mitteilung der Deutung. Er wählt etwas aus. Der analytische Prozess oszilliert insofern zwischen diesen Polen der unstrukturierten Berührung, dem Geschehen-Lassen einerseits und dem Deuten, Benennen und Klar-Denken andererseits. Die analytische Wahrnehmungseinstellung sollte zwischen diesen Polen oszillieren. Rolf Klüwer verwandte hier das Konzept der fokalen und der afokalen Dimension. Das Freudsche Paar (nach Bollas) ist keine Technik, sondern im Kern dezentrierend.

Man kann aus dem Gesagten ableiten, dass das Ganze kein einfaches, selbstverständliches Unterfangen ist. Freie Assoziation ist nicht einfach zu verordnen, sondern wird oft erst nach längerer Zeit überhaupt erst möglich. Der Analysierte verhindert sie ggf. durch seine Abwehr- und Schutzmaßnahmen. Der Analytiker kann sie verhindern, durch allzu strukturiertes, denkendes, fragendes und theoriegeleitetes Verhalten. Kein Analysand will frei assoziieren. Freies Assoziieren und gleichschwebende Aufmerksamkeit machen unruhig, sind schwer auszuhalten und werden abgewehrt. Wenn das Freudsche Paar „arbeitet“, kann sich ein befreiendes Reichtum bilden. Das Freudsche Paar ist deshalb revolutionär – und die psychoanalytische klinische Situation damit auch – weil sie sich gegen das zielgerichtete abendländische Denken richtet. Mit dem Offenen ist Angst verbunden. Das ist hochgradig ungewohnt – für den Menschen auf der Couch,

für den dahinter, für Studierende, für Psychiater, Ärzte, Psychologen, Coaches, Ratgeber, Pädagogen, für Psychotherapeuten aller mehr aktiven und strukturierten Schulen. Die libidinösen und destruktiven Antriebe in uns provozieren die Übertragung. Etwas vom Trieb Hervorgerufenes läuft immer ab. Wenn Erregung, Impulse und noch nicht psychisch symbolisiertes Material aufsteigen, bildet sich Widerstand und das Subjekt sucht sich dabei dann im Sinne der zweiten Bedeutung von Übertragung eine Objektbezüglichkeit. Es heftet die Übertragung an den Analytiker. Sowohl im Sinne der Hinwendung, als auch der Abwendung von Objekt. Damit kommt es zu einer Störung der freien Assoziation und somit von Übertragungen im ersten Sinne. Gleichzeitig ist „die Übertragung“ im zweiten Sinne eine Kommunikation und somit wertvoll.

Aus behandlungspraktischer, analytischer Erfahrung erscheinen viele Menschen heute anders krank als früher. Zu Freud`s Zeiten dominierten Störungen die in repressiven, die Individualität oft unterdrückenden sozialen und kulturellen Strukturen entstanden. Heute, in der Ära des Individuums sind die Menschen häufig unreif, wissen nicht wer sie sind, sind beziehungsvermeidend und in der Nähe mit Anderen unsicherer. Das, in Kombination mit Erhöhung des Drucks und der Kälte in vielen sozialen Bereichen, wirkt für viele Menschen überfordernd. Sie leiden zunächst unbewusst, wehren es ab über Illusionen ihrer selbst, über Flucht nach vorn, Arbeitswut, „identity hopping“. Sie leiden häufig organisch, psychosomatisch, agierend. Erst spät, oft nach dem Zusammenbruch des konstruierten Schein-Selbst kommt die Realisierung von Gefühlen, Bedürfnissen, Konflikten und damit eine vertiefte psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeit.

Dabei hält sich überall seit Jahren der Mythos, psychodynamische Therapien und Psychoanalyse seien weniger empirisch abgesichert, oder auch weniger wirksam als andere, empirisch oder evidenzbasierte Verfahren. Das liegt zum

einen an der oben erwähnten selbst geschaffenen Isolation der Analytiker, sie vermarkten sich kaum. Waren sie früher (zum Schaden der ganzen Zunft) oft autoritär, selbstgewiss und zuweilen arrogant – so sind sie heute in der Regel gehemmt im Umgang mit dem Markt und der Konkurrenz. Empirisch stehen die Psychoanalyse sowie die Psychodynamischen Therapieverfahren keinesfalls schlechter da als z.B. die Verhaltenstherapie. Jonathan Shedler von der University of Colorado School of Medicine hat 2010 eine vielbeachtete Studie zur Wirksamkeit psychodynamischer Therapien veröffentlicht. In 8 Meta-Analysen, die 160 Studien zur psychodynamischen Therapie enthielten untersuchte er die Effektstärken während und nach der Behandlung und kam - wie andere Studien auch - zu klaren und eindeutigen Ergebnissen. Psychoanalytische und psychodynamische Therapien wirken, mit nachhaltigen Verbesserungen auch nach Beendigung der Behandlung. Auch die anderen erfolgreichen Therapien, wie z.B. Verhaltenstherapien, wirken zum Teil – so Shedler – weil die erfahreneren Behandler unter ihnen sich auch längst Techniken nutzbar gemacht haben, die zentrale Bestandteile der psychodynamischen und analytischen Theorie und Praxis sind. In anderen Worten: Die Beziehung ist zentral, und für die (und das Durcharbeiten der Pathologien) braucht man Zeit – sowohl in Kliniken, ambulant und auch in den diversen Ausbildungen zum Psychotherapeuten.

Psychoanalytiker arbeiten in einem Markt, sie sind den Regeln und Bedingungen eines durchökonomisierten Gesundheitswesens unterworfen. Das ist in Deutschland auch eine Errungenschaft, ermöglicht vielen Menschen einen Zugang zu diesen Behandlungsformen und es hat Vorteile für die Analytiker, hat Sicherheit und Zugehörigkeit innerhalb klarer Berufsbilder geschaffen. Es hat aber auch Nachteile. Ökonomen und Pharmaindustrie bestimmen zunehmend die Inhalte. Ein ausufernder Bürokratismus kommt dazu.

Für Patienten und Behandler ist zu starker ökonomischer Druck hier schädlich, oft schlicht unmenschlich. Zeit für Verstehen, für Fühlen, für genaues Arbeiten innerhalb von Bindung zu haben ist ein Kulturgut was es zu verteidigen gilt. Das heißt beileibe nicht, daß jeder eine Psychoanalyse braucht oder verträgt. Manchmal ist eine Verhaltenstherapie genau richtig, oft unterstützende Interventionen, häufig verschiedene Formen von Gruppenpsychotherapie, aber oft eben auch ein Zeitrahmen von 80 bis 100 Stunden für tiefenpsychologisch fundierte Behandlungen. Manchmal, wenn es indiziert ist, wenn der Patient es nutzen kann, die Störung oder die Grundproblematik es erfordert braucht man länger und auch ein anderes Setting mit vielen Stunden in der Woche, oft über Jahre. Es sind auch oft Jahre gewesen, in denen die sich entwickelnde Psyche überfordert war, Pathologien sich entwickelt haben. Der Mensch ist fragil, sehr verletzbar, er entwickelt sich – wenn es gut geht – zu einer relativ stabilen und stets konflikthaften Identität. Dies geschieht innerhalb von Bindung und Beziehung. Wir sind abhängig von solchen Bindungs- und Beziehungsmöglichkeiten und es sagt etwas über den zivilisatorischen Status von Ländern aus, wie sie jeweils mit Menschen verfahren, die auf die nachträgliche Gewährung solcher Bindungs- und Erfahrungsmöglichkeiten angewiesen sind. Manche Länder entdecken die Psychoanalyse jetzt, sie boomt dort. Manche Gesellschaften scheinen dazu zu tendieren, sie wieder aufzugeben. Sie verliert dort – oberflächlich betrachtet - an Bedeutung, Glanz und Wert. Die Psychoanalyse selbst ist ein Kulturgut, und der Umgang mit ihr zeigt etwas über die kulturelle Entwicklung und den Status einer Gesellschaft.

In diesem Sinne habe ich Sie hoffentlich angeregt, sich zu beschäftigen – mit der Psychoanalyse. Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit.