

Einführung und Benutzerhinweise

Dieses Buch soll dem Leser einen kurzgefassten, systematischen Zugang zur psychoanalytischen Selbtpsychologie ermöglichen. Die Selbtpsychologie entstand aus Heinz Kohuts Konzepten des Narzissmus und des Selbst und entwickelte sich in den letzten drei Dekaden zu einer der großen zeitgenössischen psychoanalytischen Schulen. *Das zentrale Anliegen der Selbtpsychologie* sind die Schicksale des Selbst in der Matrix seiner Objektbeziehungen und der damit verbundenen subjektiven, bewussten und unbewussten Kindheitserfahrungen. Danach ist die strukturierende Kraft, die der menschlichen Psyche innewohnt, das Bedürfnis, sich in einer kohäsiven Konfiguration, dem Selbst, zu organisieren und Beziehungen mit der Umgebung herzustellen, die die Kohärenz, Vitalität und Harmonie des Selbst fördern und die als Objekte des Selbst, also Selbstdobjekte, verstanden werden. Als *psychoanalytische Denkrichtung* ist die Selbtpsychologie zwischen den Konzepten der Strukturtheorie und den Objektbeziehungstheorien anzusiedeln, da sie einerseits Konzepte der Selbststruktur benutzt, andererseits für sie das psychoanalytische Verständnis der Beziehung zentral ist.

Als ein Leitfaden führt dieses Buch in die *Geschichte der Selbtpsychologie* ein, die sich aus der psychoanalytischen Trieb-, Ich- und Objektbeziehungsspsychologie entwickelt hat. Ihre Entstehung ist eng mit dem Werk ihres Begründers, Heinz Kohut, verbunden, wie in den ersten beiden Kapiteln beschrieben wird. Die spätere Entwicklung führte zu *unterschiedlichen theoretischen und behandlungspraktischen Strömungen*, die in dem folgenden Kapitel charakterisiert werden, allerdings wie in einer Momentaufnahme, da sie sich ständig weiterentwickeln und differenzieren und sich deshalb immer wieder dem Anliegen dieses Buches entziehen, den augenblicklichen Wissensstand festzuhalten. Das siebte Kapitel eröffnet dem Leser einen Überblick über gesicherte und weitgehend von allen selbtpsychologischen Strömungen übereinstimmend akzeptierte Konzepte zur Entstehung, Symptomatik, Psychodynamik und Behandlung der *Selbststörungen*.

Im zweiten Teil des Buches erfolgt die Darstellung einzelner *Krankheitsbilder*, der selbtpsychologischen Vorgehensweise in der *Kinderanalyse* sowie ein abschließendes Kapitel über die *Einflüsse anderer Wissenschaften* auf die Entwicklung und Theoriebildung in der psychoanalytischen Selbtpsychologie. Ein *Glossar* wichtiger Selbtpsychologischer Begriffe und Informationen über *Organisationen und Veranstaltungen* sollen vor allem denjenigen Lesern helfen, die erst mit der psychoanalytischen Selbtpsychologie in Berührung kommen wollen.

Nach längerem Abwägen aller Vor- und Nachteile habe ich mich in der Darstellung zu folgenden Besonderheiten entschlossen: Wenn von Patienten oder Therapeuten die Rede ist, benutze ich stets die *männliche Form*, nicht, weil sie der

meinen entspricht, sondern ausschließlich wegen der Lesbarkeit: Ein inhaltlich am besten zu begründendes Abwechseln von weiblicher und männlicher Form wollte ich vermeiden. Wenn also nicht ausdrücklich darauf hingewiesen wird, sind beide Geschlechter gemeint.

Ein weiteres Problem der Begriffswahl ergab sich für mich, wann ich *Therapeut* und wann *Analytiker* benutzen sollte. Einerseits handelt es sich um die *psychoanalytische* Selbstpsychologie, andererseits wird sie nicht nur von Analytikern, sondern auch von vielen analytisch orientierten Psychotherapeuten angewandt. Ich spreche deshalb im Allgemeinen von »Psychotherapeuten« und benutze »Analytiker« nur, wenn es sich speziell um einen solchen handelt.

Ein drittes Problem in der Wahl des Ausdrucks stellte sich mir bei dem Begriff *Mutter*, den ich im allgemeinen Sinne für eine primäre Bezugsperson benutze, wobei es sich auch um den Vater oder eine andere das Kind pflegende Person handeln kann. Eine Ausnahme besteht dann, wenn es sich um die konkrete Mutter eines bestimmten Patienten handelt.

Zuletzt möchte ich noch auf die spezielle Zitierung der *Jahreszahlen* hinweisen: Wenn ein Buch zuerst in einer Fremdsprache erschien und erst später in einer deutschen Übersetzung, so bezieht sich die erste Jahreszahl auf die ursprüngliche Publikation in der jeweiligen Landessprache und die zweite auf die deutsche Übersetzung.

Teil I Allgemeine psychoanalytische Selbstpsychologie

1 Heinz Kohut

1.1 Das Leben von Heinz Kohut

Heinz Kohut, der Begründer der Psychoanalytischen Selbstpsychologie, verstand den Lebenslauf eines Menschen als eine Kurve, auf der sich die Selbstverdierung in einem ganzheitlichen Lebenszyklus entfaltet (Kohut 1978a). Kohut wollte damit zu verstehen geben, dass der Lebenslauf nicht lediglich auf Kindheitskonflikte zurückgeführt werden kann, wie Freud annahm, sondern Ausdruck für ein sich entwickelndes und wechselhaftes Selbsterleben ist.

Die Lebenskurve von Heinz Kohut begann in Wien am 3. März 1913 und endete in Chicago am 8. Oktober 1981. In Kohuts Geburtsjahr verfasste Freud seine Arbeit über »Die Einführung des Narzissmus« (erschienen 1914) und Hitler verließ Österreich. Für den jungen Kohut bot Wien das emotionale und intellektuelle Klima, auf dem seine spätere kreative und wissenschaftliche Arbeit aufbaute. Das Wien vor dem 1. Weltkrieg war eine Stadt mit einer gewachsenen Kultur, ein Zentrum der Musik und der Literatur. Gleichzeitig beunruhigten den Vielvölkerstaat die Vorfälle einer schweren Krise. Und gerade in Österreich nahmen die antisemitischen Kräfte zu.

Kohut stammte aus einer nicht besonders religiösen jüdischen Familie. Sein Vater war Teilhaber an einer Papier-Großhandlung und hatte eine musikalische Ausbildung als Pianist. Seine Mutter war ebenso musikalisch, so dass die Beschäftigung mit Musik ein wichtiger Teil in Kohuts Leben wurde. Seine erste psychoanalytische Arbeit befasste sich mit dem Genuss, Musik zu hören, die er gemeinsam mit seinem Jugendfreund und Musikwissenschaftler Sigmund Levarie verfasste (Kohut und Levarie 1950). Kohuts Familie gehörte der oberen Mittelklasse an. Im ersten Weltkrieg wurde der Vater zum Militärdienst eingezogen, so dass Heinz als Einzelkind in den nächsten fünf Jahren mit der Mutter die Härten des Krieges teilen musste. Gerade diese Periode scheint Kohuts Charakter geformt zu haben, und verlieh ihm die kreative Kraft, Wesentliches zum psychoanalytischen Gedankengut beizutragen. Kohut wurde von Privatlehrern unterrichtet, was es ihm manchmal in späteren Jahren schwer machte, in großen Gruppen aufzutreten.

Nach dem Kriege waren die Eltern sehr durch den Aufbau des Geschäftes in Anspruch genommen. Obwohl Kohut seiner Mutter nahe stand, lassen einige seiner Bemerkungen darauf schließen, dass sie eine distanzierte Frau war, die in ihrem sozialen Leben aufging und ihren Sohn in der Obhut von Angestellten und Hauslehrern ließ. Es ist anzunehmen, dass seine Eltern soziale Anstrengungen unternahmen, um sich im oberen Bürgertum und deren Kultur zu assimilieren. Diese

soziale und emotionale Umwelt lässt natürlich Spekulationen über traumatische Erfahrungen und basale psychologische Mängel zu. Zu diesen möglichen Traumata kam in der späteren Adoleszenz und Studienzeit hinzu, dass er plötzlich aus dem Kreis nicht-jüdischer Freunde hinausgeworfen wurde als Folge der zunehmenden Nazifizierung. Diese Schwierigkeiten führten in seinen Studienjahren zu einer ersten kurzen Analyse bei Walter Marseilles und später bei August Aichhorn.

Häufig wurde Heinz Kohut in die Schweiz und nach Frankreich geschickt, um dort Ferienschulen zu besuchen. Das verstärkte seine Isolation, die er hinsichtlich seiner Eltern empfand. Selbst wenn die Familie zusammen war, schien die Distanz zwischen den Eltern und dem Sohn groß zu sein. Viel später, zwei Tage nach seinem 67. Geburtstag und in großen Schwierigkeiten wegen der feindseligen Haltung des Chicagoer Institutes, weil er orthodoxe psychoanalytische Vorstellungen herausgefordert hatte, äußerte er sich über die Leere bei seinen Geburtstagsfesten als Kind. An anderer Stelle schilderte er die hochherrschaftliche Atmosphäre im Elternhaus, die aber nicht das Gefühl einer essenziellen tiefen Einsamkeit wettmachen konnte. (Cocks 1994, S. 7). Eine Folge war die hohe Idealisierung seiner Tuteuren und Lehrer, zu denen er auch nach der Emigration Kontakt behielt.

Nach der Reifeprüfung 1932 studierte er Medizin an der Universität in Wien. In dieser Zeit begann, wie bei vielen Wiener Intellektuellen, sein Interesse für die Psychoanalyse. Sein medizinisches Abschlusssexamen legte er im November 1938 ab (nachdem bereits im März 1938 die Annekterierung Österreichs erfolgt war). Der Tod des Vaters an Leukämie 1937 war für Heinz Kohut niederschmetternd.

In der »Reichspogromnacht« musste sich Kohut mit seiner Mutter verstecken. Bisher hatte er die zunehmenden antisemitischen Ausschreitungen nicht ernst genommen, jetzt aber war es für ihn wie ein Erdbeben. Am Bahnsteig verfolgte er mit anderen die Abreise Freuds nach England. Über familiäre Verbindungen konnte er dann im Februar 1939 selbst nach England auswandern und arbeitete dort zunächst in einer Notfallambulanz. Ende Februar 1940 ging seine Reise per Schiff nach Amerika weiter. Er ließ sich in Chicago nieder, arbeitete in verschiedenen Krankenhäusern und absolvierte zunächst eine neurologische, dann eine psychiatrische Facharztausbildung. Von 1947 bis 1950 war er Assistenz-Professor für Psychiatrie an der Universität von Chicago. Seine wegen der Emigration abgebrochene Lehranalyse bei Aichhorn setzte er bei Ruth Eissler fort. In den 50er Jahren wurde er relativ rasch einer der wichtigen Lehrer am Chicagoer Psychoanalytischen Institut und unterhielt Beziehungen zu anderen ehemaligen Wiener Psychoanalytikern wie Anna Freud, Kurt Eissler, Heinz Hartmann und Marianne Kris. Er wurde Mitherausgeber des *Journal of the American Psychoanalytic Association* (1965). Das Wichtigste in diesen Jahren war allerdings, dass Kohut zunehmend kritischer über die traditionelle psychoanalytische Theorie und Praxis nachdachte. Wie in dieser Zeit für jüngere Analytiker typisch, hatte er sich der psychoanalytischen Ich-Psychologie angeschlossen, die die Ich-Autonomie betonte, ebenso wie die Mittlerrolle des Ich zwischen inneren Trieben und Anforderungen der äußeren Umgebung. Skeptisch stimmte ihn die freudianische Mischung von Biologie und Psychologie. Diese Bedenken fanden allmählich ihren Ausdruck in der Psychologie des Selbst mit ihrem Verständnis der Psychoanalyse als einer Psychologie, deren Ziel es ist, die menschliche Erfahrung mittels Einfühlung zu studieren. Anlässlich der 25-Jahr-Feier

des Chicagoer Instituts im November 1957 betonte Kohut erstmals, wie wesentlich Empathie für das auf Erleben basierende psychoanalytische Wissen ist. Kohut vertrat die Auffassung, dass das innere Leben von Menschen nur durch Introspektion in unsere Innenwelt und durch Empathie gegenüber anderen beobachtet werden kann. Diese Ideen zur Empathie fasste er in einem Aufsatz von 1959 zusammen, der als die Basis seiner tiefssinnigen und konsequenten Kritik der psychoanalytischen Theorie und Praxis betrachtet werden kann (Kohut 1959/1977).

In den nächsten fünf Jahren beteiligte er sich zunehmend an nationalen und internationalen psychoanalytischen Gremien. 1963 und 1964 war er Vorsitzender der Chicagoer Psychoanalytischen Gesellschaft und von 1964 bis 1965 Präsident der Amerikanischen Psychoanalytischen Vereinigung. Er setzte sich besonders für einen gebührenden Platz der Kinderanalyse und die Aufnahme der nicht-ärztlichen Analytiker in die Amerikanische Psychoanalytische Vereinigung ein. Die in den folgenden Jahren verfassten Beiträge über Narzissmus, narzisstische Wut und narzisstische Persönlichkeitsstörungen (1966–1972) riefen aber zunehmend die Widerstände seiner psychoanalytischen Kollegen wach.

Auf der Höhe seines Erfolges erkrankte Kohut 1971 an lymphatischer Leukämie. Infolge der Krankheit intensivierte er seine Schreibtätigkeiten, zog sich sozial allerdings zunehmend zurück. Mit seinen Ideen war er zum Außenseiter in der Psychoanalyse geworden. Obwohl viele Kollegen seine besondere Bedeutung für die Entwicklung des Narzissmus-Konzeptes akzeptierten, hielten sie diese für eher randständig innerhalb des psychoanalytischen Theoriegebäudes. Während viele ehemalige Freunde und Kollegen sich von ihm distanzierten, entwickelte sich auf der anderen Seite ein fester Kreis von Analytikern um ihn, wie Ernest Wolf, Arnold Goldberg, Michael Basch, Marian und Paul Tolpin und Anna und Paul Ornstein, zu dem ursprünglich auch John Gedo gehörte. 1978 fand die erste Jahrestagung der Selbtpsychologie in Chicago statt. Kurz nach der vierten Tagung in Berkeley, Kalifornien, bei der er über seine wesentlichste Erkenntnis, die Bedeutung der Empathie für die Psychoanalyse, referierte, starb Kohut an den Folgen der Leukämie. Ein von ihm vorbereitetes Manuskript zum 50. Jahrestag des Psychoanalytischen Instituts in Chicago über Introspektion, Empathie und den Semi-Zirkel psychischer Gesundheit wurde von seinem Sohn Thomas Kohut gelesen. Die Aufnahme von Kohuts Ideen war in den deutschsprachigen Ländern zunächst enthusiastisch, machte dann aber einer Kritik Platz, die wenig Gutes an seinen neuen Ideen ließ. Erst später wurden seine Vorstellungen – besonders über Empathie, Selbstobjekt und Selbstobjektübertragungen in den »Mainstream« der psychoanalytischen Bewegungen aufgenommen (Milch, 2016).

1.2 Die klassische Fundierung der Gedanken Kohuts

Kohut wurde im Chicagoer Psychoanalytischen Institut ausgebildet und gehörte zeitlebens zu dessen Lehrkörper. Als Student hatte er die klassische freudianische

Psychoanalyse vermittelte bekommen und gab sie als Lehrer so weiter, wie er die Ich-psychologisch geprägte Theorie aufgenommen hatte und allmählich erweiterte. Da Patienten nach einer ersten, »erfolgreichen« Analyse wegen noch bestehender Symptome in seine Behandlung zurückkehrten, entschloss sich Kohut, seine Behandlungstechnik zu verändern und weniger das Ich und seine Funktionen als das Erleben und die sich bei narzisstischen Störungen spontan entfaltende Übertragung in den Vordergrund der Behandlung zu stellen. Später verstand Kohut die psychoanalytische Selbtpsychologie als Weiterentwicklung der Ich-Psychologie (Kohut 1978 a, Search for the Self, S. 261), die ohne Bruch aus der psychoanalytischen Vergangenheit hervorging (S. 327). Als Kohut beide Theorierichtungen miteinander verglich, beschrieb er die Selbst-Psychologie als eine Psychologie, die sich für den »tragischen Menschen« interessiert, wohingegen die Ich-Psychologie den »schuldigen Menschen« in den Mittelpunkt ihrer Untersuchungen stellt. Das bedeutet, dass die Ich-Psychologie die psychische Pathologie auf das Vorhandensein eines intrapsychischen Konflikts bezieht, dessen Lokalisierung und Ausmaß von einer mehr oder weniger misslungenen Anpassung an die Umwelt abhängig ist. Für das Auftreten psychischer Störungen sieht die Selbst-Psychologie neben ätiologisch bedeutsamer Konflikte auch Entwicklungsarretierungen durch Defizite als pathogenetisch relevant an, im Sinne nicht ermöglichter Erfahrungen, die die Entwicklungslinie des Narzissmus beeinträchtigen, so dass der Mensch tragisch am Sinn seines Lebens scheitert. Der schuldige Mensch lebt entsprechend seines Lustprinzips, indem er seine Triebe zu befriedigen sucht, was ihm allerdings nicht gelingt, weil dem die Umwelt und ihre Gebote sowie die daraus resultierenden inneren Kräfte entgegenstehen. Der tragische Mensch ist der moderne Mensch, der seine angeborenen und erworbenen Muster des Kernselbsts zu verwirklichen sucht, um ein kreatives und erfülltes Leben zu führen. Die Unfähigkeit dazu überschattet jedoch häufig die Erfolge, so dass er tragisch scheitert, weil seine inneren Potenziale ungelebt bleiben.

Nach Kohuts Auffassung ist es Freuds Genialität zu verdanken, dass er ein Konzept der inneren Welt beschrieb. Das Wesen psychologischer Dynamik ist danach dem bewussten Denken unzugänglich und wurde von Freud als das »Unbewusste« bezeichnet. Die Inhalte des Unbewussten werden vom Menschen als treibende Kräfte erlebt, deshalb bezog sich Freud bei psychischen Inhalten auf Triebe, die ihre notwendige Energie aus biologischen Quellen der Motivation beziehen. Da diese Kräfte im Widerspruch zu den gesellschaftlichen Anforderungen stehen, sind Konflikte als Ursprung psychischen Leidens unausweichlich.

In seinen Bemühungen um eine Neudefinition der Psychoanalyse und ihrer Methode unterscheidet Kohut aber genau zwischen psychoanalytischen Konzepten und solchen, die von der Biologie oder der Sozialpsychologie ausgehen (1978a, S. 24). Die intrinsische Beziehung von der Methode zur Theorie bedeutet, dass die Art der Untersuchungsmethode auch die qualitativen Dimensionen der gefundenen Ergebnisse mitbestimmt, welche wiederum die weiteren theoretischen Postulate beeinflussen. Das Vermischen von Theorien, die mit Hilfe methodisch verschiedener Erkenntnisprozesse formuliert wurden, ist deshalb unzulässig und hat für Kohut eine »Biologisierung der Psychologie« oder »Psychologisierung der Biologie« zur Folge. Am Beispiel der »Abhängigkeit« erklärt Kohut den Unterschied zwischen

dem biologischen Konzept und dem psychologischen Konzept als »einer Angst vor oder einem Wunsch nach Abhängigkeit«. Diese Kritik macht auch vor Freuds Vermischung von biologischen und psychologischen Konzepten nicht Halt, die in der Vorstellung von Lebens- und Todestrieb zum Ausdruck kommt. Für Kohut ist dies keine akademische Frage, sondern er bezieht seine Kritik klassischer Paradigmen immer wieder auf die konkrete analytische Situation mit seinen Patienten. Sowohl Lebens- als auch Todestriebe sind als Triebe »biologische Konzepte« und können weder introspektiv erfasst noch empathisch mitempfunnen werden, beides eine notwendige Voraussetzung für eine psychologische Theorie.

Als ordnende Prinzipien, um psychische Daten zu verstehen, bezieht sich Kohut auf Freud und unterscheidet fünf verschiedene Perspektiven, wobei er von dem Prinzip der Hierarchie psychischer Funktionen mit unterschiedlichen psychischen Funktionsebenen ausgeht (Siegel 1996/2000).¹

Psychische Funktionsebenen nach Kohut

- Dynamische Perspektive
- Topographische Perspektive
- Ökonomische Perspektive
- Genetische Perspektive
- Strukturelle Perspektive

1.2.1 Die dynamische Perspektive

Da Kohut immer wieder an der Ausweitung der Grenzen psychoanalytischer Behandlungsmöglichkeiten interessiert war, versuchte er auch klinisch das Spektrum der bis dahin analytisch behandelbaren Krankheitsbilder zu erweitern. In einer Arbeit über Borderline-Störungen (1951) überschritt er die Limitierungen bisheriger Konfliktmodelle: Übertragung als Wiederholung alter Dynamik mit neuen Objekten ist zwar sowohl für neurotische als auch für Borderline-Patienten typisch. Während aber bei Psychoneurosen das Wesentliche darin besteht, dass der unterdrückte Trieb nach Befriedigung verlangt, gilt für Borderline-Störungen, dass ein verletzliches, »narzisstisches Ich« Bestätigung sucht. Bei diesen Patienten können Triebe für vorrangig narzisstische Ziele eingesetzt werden, wie z.B. übermäßige genitale Aktivitäten oder orale Befriedigungen, die der eigenen Beruhigung dienen, so dass für Patienten mit Borderline-Störungen gilt: »Das Ziel aller psychischer Manöver liegt in der Wiederherstellung oder in dem Aufrechterhalten einer kritischen Balance des Selbstwertgefühls« (Kohut in P. H. Ornstein 1978a, S. 22).

1 In den 50-er Jahren hielt Heinz Kohut zusammen mit Philipp Seitz Zwei-Jahres-Kurse am Chicagoer Psychoanalytischen Institut zur Einführung in die Psychoanalyse ab.

1.2.2 Die topographische Perspektive

Mit dem topographischen Modell fasste Freud die drei psychischen Systeme des Bewussten, des Vorbewussten und des Unbewussten zusammen. Mit dieser Perspektive können Konflikte, die innerhalb eines Systems oder zwischen den Systemen auftreten, verstanden werden. Die aus dem Unbewussten auftauchenden Wünsche bezieht Freud auf sexuelle oder aggressive Inhalte, die die Ausgangspunkte für Konflikte darstellen. Da nach dieser Vorstellung jede Aktivität mit einem Ausdruck des Sexualtriebes verbunden ist, müssen sie von ihrer Verbindung zu den konflikt-induzierenden sexuellen Wünschen befreit werden, um eine normale Funktion ohne neurotische Hemmungen erlangen zu können. Der Sekundärprozess des Vorbewussten hat die Aufgabe, diese Aktivitäten zu desexualisieren.

Für Kohut besteht der Vorteil dieses Modells in der dynamischen Qualität und der Erklärung der intersystemischen Wechselwirkungen. Er lenkt die Aufmerksamkeit auf die ursprüngliche Bedeutung des Begriffes »Übertragung«, mit der Freud zunächst die Übertragung unbewussten Materials in das Vorbewusste meinte. Der spätere Gebrauch von Übertragungssphänomenen, um Aspekte der Beziehung von Patienten zu Therapeuten zu kennzeichnen, nennt Kohut demgegenüber »technische Übertragung«. Diese Unterscheidung ermöglicht Kohut, zwischen Situationen zu unterscheiden, in denen die Beziehung zu dem Therapeuten eine Übertragung darstellt, und solchen, in denen diese Beziehung andere Qualitäten ausdrückt. Der Analytiker bietet sich als Übertragungsfigur an, da er keine »reale« Bedeutung im Leben seines Patienten hat. Kohut nimmt an, dass der Analytiker wie ein Tagesrest für den Patienten fungiert und stellt fest: »Wenn er zum Unterstützer, Helfer, Freund, Belohner des Patienten würde, dann könnte er nicht genauso gut als Übertragungsobjekt gebraucht werden« (Kohut und Seitz 1963 in P. H. Ornstein 1978, S. 334–374).

Nach Kohut besteht Freuds Konzept der emotionalen Reifung bei dem heranwachsenden Kind darin, die Fähigkeit zu entwickeln, zwischen halluzinierten Wünschen und realen Befriedigungen zu unterscheiden. Kohut versteht Freud so, dass eine Art »optimaler Frustration« notwendig ist, um diese Fähigkeit herauszubilden. Eine optimale Frustration besteht in der Zeitverzögerung, die ein Kind erlebt, bis sein spezifischer Wunsch befriedigt wird. Durch diese Verzögerung erkennt das Kind, dass es aktive Schritte unternehmen muss, damit sein Wunsch erfüllt wird. Hinderlich sind Frustrationen, die entweder so stark sind, dass sie traumatisch wirken, oder Frustrationen, die minimal und damit zu unbedeutend für die Entwicklung dieser psychischen Fähigkeit sind (Siegel 1996/2000, S. 34).

Eine »optimale Frustration« verhilft zu einer maximalen Differenzierung von Unbewusstem und Vorbewusstem, von Primärprozess und Sekundärprozess. Zu starke oder zu geringe Frustrationen führen danach zu einer Fixierung auf dem Niveau unbewusster omnipotenter, vom Lustprinzip geprägter Vorstellungen und einem von infantiler Sexualität und Primärprozess bestimmten psychischen Funktionieren (Kohut und Seitz 1963 in P. H. Ornstein 1978, S. 334–374).

Die von Freud als »Realitätsprinzip« bezeichnete Fähigkeit ist eine Qualität des sekundärprozesshaften Denkens. Sie arbeitet im System »Vorbewusst« und unterscheidet sich vom Primärprozess, dem Lustprinzip und dem Unbewussten. Kohuts

Verständnis der optimalen Frustration zeigt bereits in dieser Zeit seine Sensibilität für das Thema des Narzissmus. Ein verwöhntes (und unter-optimal frustriertes) Kind behält einen ungewöhnlich hohen Anteil von Narzissmus (oder Omnipotenz). Da es gleichzeitig nicht die benötigten Fähigkeiten aufweist, in der Realität zurechtkommen, fühlt sich dieses Kind minderwertig. Kohut versteht narzisstische Omnipotenz als Folge eines Entwicklungsdefizits. Damit entfernt er sich von der psychoanalytischen Lehrmeinung in den 50er und 60er Jahren, die narzisstische Omnipotenz als Abwehr versteht. Später entwickelt Kohut aus diesen Ideen seine Entwicklungslinie des Narzissmus.

1.2.3 Die psychoökonomische Perspektive

Kohut hält die psychoökonomische Theorie für ein wesentliches psychoanalytisches Konzept, wobei er sich nicht der Metapher von »psychischer Energie« bedient, sondern von Zu- und Abnahme innerer Spannung spricht. Für ihn zielt die psychoökonomische Perspektive auf den Umgang mit Affekten und der Spannungsregulation. Ereignisse der frühen Lebensjahre wie z.B. reale Traumata oder Unterversorgung versteht er als Störung der Affekt- und Spannungsregulation, er muss also nicht auf adultomorphe Erklärungen oder psychologische Postulate kindlicher Fantasien zurückgreifen.

Die Kapazität der Psyche, intensive Affekte zu erleben, ist individuell unterschiedlich; die Psyche kann unter Gefühlsstürmen intakt bleiben, sie mag aber auch dem Ansturm nicht gewachsen sein und fragmentieren. Kohut ist sich bewusst, dass es sich um relative Fähigkeiten handelt, die von unterschiedlichen Faktoren abhängig sind: der Charakteristik des traumatischen Affekts, dem Zeitablauf und dem Zeitpunkt des Auftretens in Bezug auf das Entwicklungsstadium, der relativen Stärke der Psyche und den Milieufaktoren. Ein Trauma tritt dann auf, wenn ein subjektiv extremes Ereignis einen Affekt auslöst, der die psychische Fähigkeit überfordert, die innere Balance wieder herzustellen. Die Auswirkungen des Traumas sind von der Stabilität und Verletzlichkeit neuer Strukturen zum Zeitpunkt des Ereignisses abhängig. Dies gilt für die Kindheit, aber auch für den Verlauf einer Analyse (Siegel 1996/2000).

Bei einem Trauma handelt es sich darüber hinaus nicht um ein »objektiv« zu definierendes Ereignis, das ab einem bestimmten Grad und in einer bestimmten Qualität traumatisch wirkt. Die traumatischen Auswirkungen sind vielmehr auch davon abhängig, in welchem Maß das traumatische Ereignis einem anderen Menschen mitgeteilt werden kann und dieser seinerseits versteht, wie es dazu kam, indem er sich empathisch in den traumatischen Zustand einfühlt. Empathie ist für Kohut das wesentlichste psychoanalytische Mittel, um ein Trauma zu verstehen.

1.2.4 Die genetische Perspektive

Die genetische Sichtweise eröffnet ein Verständnis für die psychische Entwicklung eines Menschen und die Entstehung, Aufrechterhaltung oder Umgestaltung psychischer Symptome, sowie dafür, wie der psychohistorische Kontext die psychischen