

**rowohlt** repertoire

Leseprobe aus:

Wolfgang Schmidbauer

## Liebeserklärung an die Psychoanalyse

Mehr Informationen zum Buch finden Sie auf  
[www.rowohlt.de/repertoire](http://www.rowohlt.de/repertoire)

# Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	13
1 Das Unbewußte	17
2 Die Deutung	31
3 Freie Einfälle	46
Liegen oder sitzen?	50
Regressions und Objektverlust	54
4 Übertragung und Widerstand	58
5 Gegenübertragung und Abstinenz	75
Die Projektion	84
Die Gegenübertragung als Hilfsmittel	94
Projektive Identifizierung	97
6 Phantasie und Wirklichkeit	101
Fixierung und Regression	106
Traumatische Neurosen	118
Kindheitstraumen – übertrieben oder bagatellisiert?	124
7 Die kindliche Sexualität	135

8 Neurotisches Elend und allgemeines Leid	152
9 Die Ausbildung des Analytikers	164
Analyse auf Probe	171
Urlaub	172
Gruppen- oder Einzeltherapie?	173
Körpertherapie und Psychoanalyse	176
Psychotherapie und Psychoanalyse	181
Familientherapie	183
Selbstanalyse und Selbsthilfegruppen	187
10 Eine Haßliebe zu Freud	191
Adressen	199
Register	207

# Einleitung

Seit es die Psychoanalyse gibt, ist sie umstritten. Sie wird weder allgemein anerkannt, wie es ihre Freunde gelegentlich mit dem Hinweis auf Lehrstühle, Verträge mit Krankenkassen und gut besuchte Kongresse behaupten, noch läßt sie sich sinnvoll als sterbende Sekte, als vom wissenschaftlichen Fortschritt überholter Aberglaube beschreiben. Ich will hier nicht versuchen, die Frage zu beantworten, ob die Psychoanalyse «richtig» oder «falsch», gut oder verwerflich sei. Ich will eher zu einem Flirt, einer spielerischen Auseinandersetzung einladen. Das heißt, ich beziehe mich auf die Ambivalenz und Unsicherheit des so-nannten «Laien».

Wenn er die Psychoanalyse nur vom Hörensagen kennt, kann er jetzt erfahren, worum es eigentlich geht. Wenn er schon einmal ein Buch eines Analytikers gelesen hat, treffe ich mich mit ihm bei der zweifelnden Frage: «Ob das nun wirklich so ist – oder vielleicht ganz anders? Muß man an den Ödipuskomplex oder die anale Phase einfach glauben?» Wenn er Bekannte hat, die plötzlich nur noch von ihrer Analyse beziehungsweise ihrem Analytiker erzählen (oder umgekehrt Gespräche abbrechen, «weil das in die Analyse gehört»), schüttle ich zusammen mit ihm den Kopf und versuche ihn zu trösten, soweit Argumente und Einsicht in Zusammenhänge Trost bringen können. Wenn eine Leserin oder ein Leser gar daran denkt, selbst eine Analyse zu machen, mag dieses Buch als eine Art Reiseführer – einmal Unbewußtes und zurück – die Angst vor den ersten Schritten erleichtern. Bald wird sie oder er freilich die Angaben zu allgemein finden. Aber wo es keine Hotels

mit festgelegtem Dienstleistungsangebot gibt, die ich in diesen Baedeker aufnehmen kann, sind Informationen über Sprache und Sitten der Eingeborenen nicht zu verachten.

In den letzten Jahren ist es fast eine Modeerscheinung unter Journalisten geworden, etwas polemisch zu verwerfen, was sie als Psychoanalyse ausgeben. Ihre Gewährsmänner sind in der Regel an einem unreflektierten Positivismus orientierte Psychologen. Man könnte gegen solche Polemiken einwenden, daß sie einen Popanz bekämpfen, der aus einzelnen Fetzen der Freudschen Schriften zusammengestückelt ist. Fortschritte und Differenzierungen der Psychoanalyse nehmen sie nicht zur Kenntnis.\* Dieser Einwand läßt sich durch einen grundlegenderen ergänzen. Ob wir nun einen Flugapparat aus der Zeit der Brüder Wright oder einen modernen Jet nehmen, immer wird uns die chemische Analyse seiner Bestandteile keinen Aufschluß darüber geben, ob er sich in die Luft erheben kann. Sie mag allerdings genau aufzeigen, welche Materialien ungeeignet sind. Der Konstrukteur wird sich nicht über den Metallurgen hinwegsetzen; dieser sich hüten, Aussagen zu machen, die sich auf die ganzheitliche Funktion des Flugzeugs beziehen. Anders gesagt: an einem physikalisch-statistischen Modell orientierte Forschung und das wissenschaftliche Vorgehen der Psychoanalyse unterscheiden sich derart, daß die Ebene von «experimentell richtig beziehungsweise falsch» unbedingt durch die Dimension «übertragbar beziehungsweise

\* Einer dieser Kritiker gibt ehrlich zu, er habe sich bei seiner Widerlegung der Psychoanalyse auf Freuds Aussagen beschränkt (Dieter E. Zimmer, *Tiefenschwindel. Die endlose und die beendbare Psychoanalyse*, Reinbek [Rowohlt] 1986); ein anderer faßt die «tiefenpsychologische Traumatheorie» auf einer Druckseite zusammen und billigt sich dann die restlichen 280 für deren Widerlegung zu (Hansjörg Hemminger, *Kindheit als Schicksal? Die Frage nach den Langzeitfolgen frühkindlicher seelischer Verletzungen*, Reinbek [Rowohlt] 1982).

nicht übertragbar» ergänzt werden muß. Sonst ist das Ergebnis keine Bereicherung unseres Wissens, sondern ein Rückschritt, ein Verlust – als wollte ein Chemiker dem Konstrukteur verbieten, seine Modelle zu entwerfen und zu erproben. Freilich rechne ich nicht damit, eingefleischte Gegner der Psychoanalyse zu überzeugen. Aber ich treffe mich mit ihren Hörern und Lesern, die sich vielleicht fragen: Wenn das alles Unsinn ist, wenn es das Unbewußte nicht gibt und wenn die Kindheit für unser späteres Leben nichts bedeutet – wieso nehmen so viele kritische und nachdenkliche Menschen diese Irrtümer und Illusionen so ernst?

Ich habe darüber nachgedacht, ob ich dieses Buch so aufbauen sollte, wie ein Patient die Analyse kennenlernen mag. Am Anfang stünde die Unsicherheit, ob Hilfe möglich ist, wie man sie finden kann, die vielen Zweifel und die quälenden Versuche, aus eigener Kraft oder durch Gespräche mit Freunden weiterzukommen. Endlich der Schritt in die Therapie, oft schon deshalb hilfreich, weil er ein tieferes Eingeständnis eigener Schwäche, eine Bereitschaft ausdrückt, das bisher zur Seite Geschobene ernst zu nehmen. Die Frustration, wenn die Therapeuten am Telefon ihre Wartezeiten ausbreiten wie das Geigenstück zum roten Teppich, der die Ehrengäste einlädt. Den Ärger, daß man die eigene Geschichte mehrere Male erzählen soll, wenn man einen der leichter erreichbaren Analyseplätze bei einem Ausbildungsteilnehmer bekommen will. Die Angst vor der ungewohnten Situation einer analytischen Grundregel, die zusichert, alles sagen zu dürfen, aber oft zunächst als neue, nur schwerer durchschaubare Leistung und Fleißaufgabe verstanden wird. Hoffnung auf den Therapeuten als Erlöser, Enttäuschung durch seine gewöhnliche Menschlichkeit, endlich Schritte zu einer herzlichen Arbeitsbeziehung, in der sich gegenseitige Rücksicht und Offenheit mischen. – Aber wer so weit gekommen ist, weiß bereits mehr über Psychoanalyse, als er aus Büchern erfahren kann.

Ich habe diesen Plan aufgegeben, weil es mir unmöglich schien, eine für mich überzeugende Geschichte über einen solchen typischen Verlauf zu finden. Zudem wird der interessierte Laie zunächst mit Bruchstücken psychoanalytischen Wissens konfrontiert, die er verarbeiten muß. Diese Fragmente sind oft ausgesprochen unglücklich gewählt, weil sie den sensationellen oder entlarvenden Aspekt der Psychoanalyse betonen. Es ist, als würde man einem Hungrigen Gewürze vorsetzen. Die Grundnahrungsmittel der Psychoanalyse sind viel schwerer zu verstehen. Sie hängen mit der Methode zusammen, mit dem Versuch, den inneren Monolog eines Menschen in die intime Öffentlichkeit der psychoanalytischen Situation zu übertragen. Das heißt, daß ein tieferes Eingehen auf Widerstand und Übertragung notwendiger sind als Inhalte wie der Ödipuskomplex oder die kindliche Sexualität.

Eine Popularisierung von Wissenschaft, in der Ergebnisse vorgestellt werden wie die Kaninchen, die der Zauberer aus seinem Zylinder holt, hat nur geringen Wert, um die Laien mündiger zu machen. Mein Anliegen ist eine Information über die Psychoanalyse, in der weder blinde Überzeugung noch feindselige Ablehnung gefördert werden, sondern Verständnis für eine geistige Leistung, deren Feinheiten heute oft nicht weiterentwickelt, sondern vergröbert und abgestumpft werden. Die Psychoanalyse als Forschungs- und Therapiemethode hat einen ausgesprochen handwerklich-künstlerischen Charakter. Sie läßt sich nicht technisieren und rationalisieren wie andere Zweige der angewandten Wissenschaft. Daher gibt es in der Welt der Psychotherapie auch viele Rückentwicklungen, die sich mit dem Ersatz handgefertigter Schuhe oder Möbel durch Preß- oder Spritzgußteile aus Plastik vergleichen lassen. Mit dem üblichen Fortschrittsglauben lassen sich solche Vorgänge vielleicht rechtfertigen, gewiß aber nicht verstehen.

# 1

## Das Unbewußte

Die Psychoanalyse ist die Wissenschaft vom Unbewußten. Manchmal liest man «Unterbewußtes», ein Begriff, den Freud ausdrücklich abgelehnt hat, weil er unklar sei und räumliche Verhältnisse unterstelle, wo es sich um Erlebnisqualitäten handelt. Freud hat nicht entdeckt, daß es ein Unbewußtes gibt. Das ist ein Wissen, das sich weit zurückverfolgen läßt und bei Schopenhauer und Nietzsche bereits recht ausführlich beschrieben worden ist. Aber er hat Methoden weiterentwickelt und zum Teil neu gefunden, mit deren Hilfe das Unbewußte erforscht werden kann. Er hat den intuitiven und unsystematischen Zugang der Künstler und philosophischen Schriftsteller verändert, ihm die Macht und den Nachdruck der empirischen Wissenschaft verliehen. Das war nicht nur nützlich und fruchtbar, sondern auch gefährlich. Es enthielt ein wohl nicht einlösbares Versprechen, man könne auf diesem Weg die Gewalten des Unbewußten auch *beherrschen*.

Kritiker gehen oft so vor, daß sie den eigenständigen Charakter der Psychoanalyse leugnen und auf diese Weise zu dokumentieren glauben, daß sie nichts taugt. Handelte es sich um einen sinnlich wahrnehmbaren Gegenstand, würde allen die Absurdität dieses Vorgehens auffallen, wie bei einem Auto-

tester, der – weil ihm eine bestimmte Marke nicht zusagt – beschließt, ihre Eignung als Motorboot zu prüfen, und schließlich zu dem Ergebnis kommt, das von ihm geprüfte Fahrzeug sei untauglich. Der besondere Charakter des psychoanalytischen Wissens wird allerdings manchmal von den Analytikern selbst nicht erkannt und nicht beherzigt. Psychoanalytische Aussagen dürfen nicht mit dem Bewältigungs- und Reduktionsanspruch der experimentellen Naturwissenschaft ausgerüstet werden. Das tut zum Beispiel ein Analytiker, der einem Politiker ohne dessen Einwilligung unbewußte Beweggründe oder Charakterstörungen unterstellt, die ihm zum Verhalten dieses prominenten Mannes zu passen scheinen. Das naturwissenschaftliche Prestige wird dadurch gewonnen, daß Naturvorgänge entdeckt und – sobald ihre Gesetzmäßigkeit erkannt ist – auch vorausgesagt werden können. Das würde erfordern, daß Typen oder Klassen von Menschen nach äußereren Merkmalen rasch erkannt und einander zugeordnet werden könnten.

Dies ist nach den Ergebnissen der psychoanalytischen Methode keineswegs der Fall. Leider wird häufig ein Mißbrauch der Psychoanalyse, der auf ungenügender Einsicht in ihre Eigenständigkeit beruht, von den Kritikern mit ihr identifiziert. «Psychoanalytiker werden weiterhin die fürchterlichsten Schnitzer machen, solange sie an ihrem unverschämten und intellektuell lähmenden Glauben kleben, sie besäßen einen ‹privilegierten Zugang zur Wahrheit›.»\* Rein mengenmäßig wer-

\* So der Biologe Sir Peter Medawar 1975, in der Reaktion auf die Fehldiagnose eines Nervenarztes, der einen organisch Kranken mit Psychoanalyse behandelt hatte. Zit. nach Dieter E. Zimmer, Der Aberglaube des Jahrhunderts, in: Die Zeit Nr. 45/1982, S. 21. Zimmers Argumentation enthält die Überzeugung, ein Nobelpreisträger auf einem Fachgebiet sei eine Autorität auf allen anderen; Medawars Vorhaltungen gelten wohl dem hier ausgedrückten Machtanspruch eines «privilegierten Zugangs», der auch für mich ein Ärgernis wäre. Ich finde im Gegenteil, daß der Analytiker um so

den sicher mehr Kranke mit «objektivierenden» chemischen und chirurgischen Mitteln geschädigt als mit den «subjektivierenden» der Psychoanalyse. Aber dennoch ist jeder Versuch problematisch, psychoanalytische Aussagen mit dem Machtanspruch auszurüsten, der in unserer naturwissenschaftlich geprägten Medizin steckt. In diesem Fall schmückt sich die Psychoanalyse, ihrer Identität unsicher, mit des Kaisers neuen Kleidern.

In solcher teils tatsächlicher, teils unterstellter Anmaßung wurzelt auch die Anmaßung der Kritik. Der Psychoanalytiker mit dem Röntgenblick, der jedem Menschen, unabhängig von der analytischen Situation und von einem therapeutischen Vertrag, Komplexe und Verdrängungen nachweisen kann, der schier allwissende Voyeur und Entlarver, ruft die Entlarver des Psychoanalytikers auf den Plan. Wie Hans Jürgen Eysenck schleudern sie ihm den Vorwurf ins Gesicht, seine Methode richte nur Schaden an, seine Theorie erlaube keinerlei Voraussagen.\* In der Tat erlaubt die Psychoanalyse nur in der analytischen Situation Voraussagen. Warum ein Mikroskop zerstübben, weil die Dinge, die es zeigt, nicht auch mit bloßem Auge sichtbar sind? Wieder hinkt der Vergleich, weil die wissenschaftliche Arbeit des Analytikers nicht sinnlich augenfällig ist, nicht technisch nachgeahmt, im Idealfall von einem Apparat übernommen werden kann. Die Macht der Psychoanalyse ist in Wirklichkeit sehr gering. Im Gegensatz zur Reflextheorie

besser arbeiten kann, je mehr er weder spezielle Privilegien beansprucht, noch sich auf den allgemeinen Autoritätsvorsprung akademisch diplomierte Experten beruft.

\* H. J. Eysenck, Charakterologie, Schichtentheorie und Psychoanalyse. Eine Kritik, in: Bracken, H. von u. David, H. P. (Hrsg.), Perspektiven der Persönlichkeitstheorie, Bern (Huber) 1959, S. 255. Ders. u. G. D. Wilson (Hrsg.), Experimentelle Studien zur Psychoanalyse Sigmund Freuds, Wien (Europaverlag) 1979.

sind psychoanalytische Einsichten bisher noch nie von Diktaturen mißbraucht, als Mittel zu systematischer «Gehirnwäsche» verwendet worden. Die Reflexlehre bietet Instrumente an, die zumindest im Prinzip auch gegen das Einverständnis der Betroffenen funktionieren. Sie teilt die mit experimenteller Disziplin oft nur legitimierte, nicht wirklich in ihr wurzelnde Macht der technischen Naturwissenschaften. Die Psychoanalyse ist anders. Obwohl keineswegs alle Analytiker aus politischer Überzeugung den Faschismus oder Stalinismus abgelehnt haben, ist doch keiner von ihnen zu den machtvollen Positionen in der Behandlung von Nervenkranken (als die in Diktaturen nicht selten auch politische Gegner eingestuft werden) aufgestiegen, die «naturwissenschaftlich» orientierte Nervenärzte oder die Schüler Pawlows gewonnen haben.

Ich sehe darin gewiß keinen Ausdruck einer moralischen Überlegenheit der Psychoanalytiker. An Versuchen, sich bei den Nazis anzubiedern, hat es auch unter ihnen gewiß nicht gefehlt.\* Aber die Tatsache, daß sich die Psychoanalyse schlecht dazu eignet, Macht zu stützen und zu rechtfertigen, sollte doch festgehalten werden. Solche historischen Überlegungen können die Unterstellung zurechtrücken, die Psychoanalyse sei nur deshalb erfolgreich, weil sie ihrem Adepten «den vollkommenen Durchblick oder die Illusion eines solchen» verschaffe; «wer mit einigen ihrer Begriffe zu hantieren weiß, signalisiert schon, daß er etwas bis auf den Grund durchschaut hat. Die einzigen Gedankengebäude, die ähnliches leisten, sind der Marxismus und die Religion.»\*\* Es ist kurzsichtig, Omnipotenzgebaren und Machtmißbrauch durch akademisches Geschwätz einer und nur einer wissen-

\* Regine Lockot, Erinnern und Durcharbeiten. Zur Geschichte der Psychoanalyse und Psychotherapie im Nationalsozialismus, Frankfurt (Fischer) 1985.

\*\* Dieter E. Zimmer, a. a. O., 1982, S. 17.

schaftlichen Disziplin vorzuwerfen, sie gewissermaßen mit ihren Auswüchsen zu vermischen und zu verurteilen. Wer so spricht, macht aus einer bestimmten, ideologisch verhärteten Auffassung von Wissenschaft eine neue, ihrer selbst nicht bewußte und sich selbst nicht kritisierende Religion, die dann genau zu dem unschlagbaren Argument wird, dessen Besitz er seinen Gegnern vorwirft. Mir ist an der Psychoanalyse sympathisch, daß sie sich bisher als ungeeignet erwiesen hat, blutige Glaubenskämpfe oder Gulags zu rechtfertigen; vielleicht gelingt es ihr sogar einmal, sich von den ihr innewohnenden Verführungen zu einem dogmatischen Anspruch zu befreien.

In vielen populären Darstellungen der Psychoanalyse – vor allem in den Freud-Filmen – hat die Entdeckung des Unbewußten etwas Theatralisches. Plötzlich taucht die vergessene Kindheitserinnerung, die verdrängte Phantasie auf, alle Beteiligten sind erleuchtet und erleichtert, das Symptom verschwindet wie ein böser Spuk. Der Wissenschaftler tritt als Varieté-Zauberer auf, der bald die Neutronenbombe, bald die Herztransplantation, in diesem Fall eben den «Komplex» vorweisen kann.

Solange eine Gesellschaft von einer ganzheitlichen, mythisch oder religiös bestimmten Auffassung ihrer selbst bestimmt ist, wird niemand auf den Gedanken kommen, dem Begriff des Unbewußten allzuviel Aufmerksamkeit zu schenken. Erst zwei Umwälzungen, die sich in Europa vollzogen, schufen die Voraussetzungen dazu: die Aufklärung und die bürgerliche Revolution. Die Aufklärer setzten an die Stelle der überkommenen, traditionsgeleiteten und hierarchischen Strukturen die Autorität der persönlichen Vernunft. Ein Modell dafür ist das «ich denke, also bin ich» des René Descartes. Dadurch wurde die emotionale Seite des Menschen gespalten. Es gab erwünschte und unerwünschte, der Vernunft widersprechende Gefühle. Im Gegensatz zu den Bräuchen des Mittelalters wurde es zu einem medizinischen Problem, wenn

jemand «unvernünftig» war. Ärzte sollten den Grad dieser Unvernunft beurteilen und Wege finden, mit ihr umzugehen. So wurde die wichtigste Vorstufe der Psychoanalyse entdeckt: die Erforschung der Macht unbewußter Vorstellungen durch Hypnose.

Charcot, der in Paris die wissenschaftliche Neurologie mitbegründet und sich später ausgiebig mit der Hysterie beschäftigt hatte, war aufgefallen, daß die Symptome der Neurose oft eine Art Gegenpersönlichkeit ausdrücken. Fromme Nonnen werden zu verführerischen Kurtisanen, wohlerzogene Knaben zu Gassenbuben.\* Freud verwendete zwar zunächst Charcots Methoden, hypnotisierte seine Patienten und versuchte, sie durch eindringliches Zureden wieder gesund zu machen, was ihm in vielen Fällen auch gelang. Aber er war damit nicht zufrieden. Er wollte nicht nur etwas bewirken, sondern verstehen, was vorging. Und er war bereit, über seine eigene Rolle in diesem Erkenntnisprozeß nachzudenken. In seiner ersten «psychologischen» Arbeit aus dem Jahr 1892 teilt er nicht nur mit, wie er eine «hysterische» Symptomatik geheilt habe, sondern auch, was dabei in ihm selbst geschah.

Es ging um eine sonst seelisch gesunde Frau, die bereits vor einigen Jahren ein Kind geboren hatte, aber es trotz besten Willens nicht zustande brachte, dieses auch zu stillen. Nach der zweiten Geburt fand Freud die Wöchnerin hochgradig erregt vor. Sie konnte nichts essen, das Anlegen des Kindes gelang nicht, weil die Brust sie schmerzte, sie fürchtete, wieder zu versagen. Freud gelang es, sie durch «beständiges Einreden der Symptome des Schlafes» in einen hypnotischen Zustand zu versetzen. Dann sagte er ihr: «Haben Sie keine Angst, Sie werden eine ausgezeichnete Amme sein, bei

\* Jean Martin Charcot, *Leçons du Mardi*, vol. I, zit. nach S. Freud, *Studien über Hysterie*, Ges. W. I, S. 14.

der das Kind prächtig gedeihen wird. Ihr Magen ist ganz ruhig, Ihr Appetit ausgezeichnet, Sie sehnen sich nach einer Mahlzeit.»\*

Die Suggestion hat Erfolg. Wenn es ihm nur darum ginge, eine wirksame Behandlung zu beschreiben, wäre Freud ein Arzt wie alle übrigen. Aber er beobachtet genauer. Er sieht sich selbst bei seiner Arbeit zu und macht sich Gedanken. Er beschreibt den Ehemann, der fürchtet, die Hypnose würde die Nerven seiner Frau ruinieren. Er teilt freimütig mit, wie es ihn verdrossen habe, daß weder die geheilte Mutter noch einer ihrer Angehörigen später jemals die hypnotische Behandlung erwähnte. Dieser Zug von Selbstreflexion schuf den Abstand, der Freud half, den Hintergrund der rätselhaften Symptome zu entdecken. Was im Alltag gehemmt wird, setzt sich in der hysterischen Erkrankung durch. Nicht Simulation, die den «eingebildeten Kranken» als willkürliches Sich-krank-Stellen immer wieder vorgeworfen wurde, ist die Ursache. Im Gegenteil: die Patienten erkranken, weil sie ein Lebensbild für sich und von sich entwerfen, das zu gut, zu tadellos ist.

Wäre Freud bei den Überlegungen stehengeblieben, die Kritiker der Psychoanalyse als einzige «wissenschaftlich» anerkennen, er hätte sich damit zufriedengegeben, daß seine Patientin gesund wurde, sobald er ihre verkehrte Einstellung zum Stillen durch seine psychische Operation korrigiert hatte. Aber ihn interessierte mehr, *wie* solche Störungen zu stehen kommen.

«Die Frage: Was wird aus den gehemmten Vorsätzen? scheint für das normale Vorstellungsleben sinnlos zu sein», schreibt er 1892. «Man möchte darauf antworten, sie kommen eben nicht zustande. Das Studium der Hysterie zeigt, daß sie dennoch zustande kommen, das heißt, daß die ihnen entspre-

\* S. Freud, Ein Fall von hypnotischer Heilung, Ges. W. I, S. 6.