

# Über Tiefenpsychologie, Psychoanalyse und Psychodynamik in der Sozialen Arbeit

## Der psychodynamische Ansatz, angewandt innerhalb der Sozialen Arbeit

### Bachelor-Thesis

Einzelarbeit

Vorgelegt von Michael Weisskirchen

Eingereicht bei Frau Prof. Dr. Maritza Le Breton

Leistungsnachweis im Modul BA115 Bachelor-Thesis

Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit, Olten

Eingesandt im Juli 2022 zum Erwerb des Bachelor of Arts in Sozialer Arbeit



**Abbildung 1 (Titelblatt):** Freud neben seiner Couch um 1932 in Wien (in: Marinelli 2007: o.S.)

## **Abstract**

*Ein Gespenst geht um in Wien – das Gespenst der Psychoanalyse.* Als Sigmund Freud zusammen mit seinem frühen Mentor Josef Breuer 1895 die „Studien über Hysterie“ publizierte, sollte damit der Grundstein für die Psychoanalyse gelegt werden, die dann 1896 erstmals namentlich in Freuds Schriften erwähnt worden ist. Und ebenjene tiefenhermeneutische Analyse der Psyche soll nun das Fundament der vorliegenden Arbeit konstituieren. Ihre Untersuchungsgegenstände sind die Themen Tiefenpsychologie, Psychoanalyse und Psychodynamik sowie die Verwendung psychodynamischer Konzepte innerhalb der Sozialen Arbeit. Die konkrete Leitfrage lautet: *Inwiefern können psychoanalytische Konzepte der Sozialen Arbeit dienlich sein, besonders im Kontext psychosozialer Beratung?*

Die Essenz der Arbeit – die Psychoanalyse nach Prof. Dr. Sigmund Freud – wird im Hauptteil en détail diskutiert und alsdann auf die Beratung der Sozialen Arbeit bezogen. Dabei wird offenbar, dass sie im Rahmen der Beratungsarbeit ziemlich breit anwendbar ist und das Potenzial zu umfassender Bereicherung in sich birgt. Die Inanspruchnahme psychoanalytischen Deutungswissens vermag sozialarbeiterische und sozialpädagogische Beratungen tiefergehender und ganzheitlicher zu machen. Zudem können Probleme mittels psychodynamischer Herangehensweise ungemein nachhaltig bearbeitet werden. Des Weiteren profitierte wohl auch das Politische der Sozialen Arbeit von massenpsychologischem Wissen und Können psychodynamischer Couleur – würden ebendiese Werkzeuge denn sinnstiftend eingesetzt.



# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung und Ausgangslage</b> .....	1
1.1 Erkenntnisinteresse und Relevanz für die Soziale Arbeit .....	3
1.2 Hinweise zum Arbeitsaufbau .....	5
<b>2. Tiefenpsychologie, Psychoanalyse und Psychodynamik</b> .....	6
2.1 Tiefenpsychologie .....	6
2.2 Psychoanalyse .....	7
2.3 Psychodynamik .....	32
<b>3. Aspekte der Psychoanalyse in der Sozialen Arbeit</b> .....	33
<b>4. Erkenntnisse und Schlussfolgerungen</b> .....	42
4.1 Limitationen und Kritiken .....	43
4.2 Fazit .....	49
<b>5. Literatur- und Quellenverzeichnis</b> .....	51

## **Abbildungsverzeichnis**

<b>Abbildung 1:</b> Freud neben seiner Couch um 1932 in Wien .....	Titelblatt
<b>Abbildung 2:</b> „Therapeutic knitting“ als karikierende Darstellung der Redekur .....	18
<b>Abbildung 3:</b> Struktur- und Instanzenmodell der Psyche nach Freud .....	21
<b>Abbildung 4:</b> Künstlerische Darstellung des psychischen Apparats nach Freud .....	25
<b>Abbildung 5:</b> Psychoanalytische Sozialarbeit .....	38

## 1. Einleitung und Ausgangslage

Die Soziale Arbeit befasst sich als Disziplin und Profession in Theorie und Praxis mit sozialen Herausforderungen auf verschiedensten gesellschaftlichen Ebenen. Dabei rekurren die Professionellen der Sozialen Arbeit fortwährend auch auf Wissensbestände sogenannter Bezugswissenschaften (vgl. Staub-Bernasconi 2007: 179). Zu ebendiesen gehören inter alia die Psychologie und die Psychiatrie (vgl. ebd.), die ihrerseits wiederum die Psychoanalyse beheimaten. Herausforderungen und Problemstellungen mannigfaltigster Natur lassen sich auf vielerlei Art bearbeiten. So kennen die Medizin und die klinische Sozialarbeit beispielsweise biopsychosoziale Gesundheits- und Krankheitsmodelle (vgl. Hüttemann/Rüegger/Wüsten 2015: 334), welche die Physiologie einer Erkrankung in ihrer Ätiologie, Pathogenese und Salutogenese um die Aspekte des Psychischen und des Sozialen komplementieren. Tiefenpsychologische und insbesondere psychoanalytische Konzepte erweitern nun analog dazu die zu bearbeitende Wirklichkeit um die Momente des Unbewussten, der intrapsychischen Konflikthaftigkeit und weiterer Aspekte (vgl. McLeod 2004: 65). Die klassische Psychoanalyse fokussiert stets *das Unbewusste* – und dies tut sie unter fortwährender Anwendung der Blaupause des Psychosexuellen (vgl. Boothe 2000: 155). Unter *Psychosexualität* verstand Freud die Gesamtheit des menschlichen Trieblebens sowie dessen reziproke Konstituierung der Psyche – für Freud war das Sexuelle der Urgrund allen psychischen Seins (vgl. ebd.). Das Psychosexuelle lebt durch ein antagonistisches Verhältnis zwischen der Gewinnung von Lust und der Vermeidung von Unlust (Lustprinzip), zwischen Begehren (Triebwunsch) und Wirklichkeit (Realitätsprinzip), zwischen dem Aufbau sowie dem Abbau von Spannung (Triebabfuhr), zwischen Natur und Kultur sowie zwischen Wollen (Triebwunsch) und Bekommen (Befriedigung) (vgl. ebd.: 151). Die Libido will lediglich Lust haben – und sich schliesslich fortpflanzen. Sie will sich selbst geniessen. Einen höheren Sinn in metaphysischer Manier kennt die Libido und damit die klassische Psychoanalyse nicht (vgl. Nitzschke 2010: 41–43). Auch einen freien Willen im philosophischen Sinne verneint sie (vgl. ebd.: 75). Psychoanalytisch betrachtet ist *die philosophische Sinnfrage* per se als ein Zweifel an der eigenen Existenzberechtigung – und damit als Selbsthass – zu verstehen (vgl. Seegert, November 2021: 01:53–02:19). Sie ist dergestalt als masochistische Frage nach dem Dürfen und Sollen zu deuten (vgl. ebd.: 02:25–02:43). „Darf und soll ich wollen? Darf und soll ich sein?“ (Ebd.: 02:44–02:48) Ödipal interpretiert, fragt der Sinnfragende nach der Erlaubnis der Mutter (oder die Sinnfragende – an Elektra angelehnt – nach der Erlaubnis des Vaters) und damit nach der Berechtigung des Seins (vgl. ebd.: 02:55–03:07). „Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist eine Sehnsucht, eine Bettelei, ein Flehen nach dem Ja, nach der Erlaubnis, nach den Eltern, die einem diese eine Lücke – die man nicht aushält offenzuhalten – schliessen.“ (Ebd.) Nichtsdestotrotz sehe ich aus psychoanalytischer Perspektive durchaus einen Sinn des Lebens, nämlich die

Existenz und das Leben sowie dessen biologische, psychologische und soziale Entwicklung selbst. Denn gäbe es nichts, so gäbe es auch keinen konstruierbaren Sinn. Da es aber etwas gibt, ist dem auch ein Sinn zuzusprechen. So suchen auch die Professionellen der Psychoanalyse stets nach Bedeutung in Fragmenten menschlicher Lebensäusserungen aller Art.

Das Menschenbild in der Psychoanalyse ist von mechanischer, biologischer und in letzter Konsequenz materialistischer Natur, jedenfalls im Rahmen seines Entstehungskontextes bei Freud (vgl. Schüle in 2018: 58). Die Prägungen durch Carl von Linné, Charles Robert Darwin, Friedrich Wilhelm Nietzsche und Arthur Schopenhauer sind auffallend. Auch die Psyche – interpretiert als seelische Apparatur – wird als neurologische Funktion verstanden, die über direkte Kausalzusammenhänge mit der Aussenwelt vernetzt ist (vgl. Nitzschke 2010: 41–43). Auf diesem Weltbild fussen meine psychoanalytischen Betrachtungen und deren intellektueller Überbau, die ich in dieser Schrift fortlaufend – *mit Willen zur Wahrheit und Liebe zur Weisheit* – skizzieren werde. Die vorliegende Schrift hat dabei den Anspruch, eine symbiontische Synthese zwischen Psychoanalyse und Sozialer Arbeit zu konstituieren. Ebenso soll Individualpsychologie psychoanalytisch mit Massenpsychologie verbunden werden, denn die Soziale Arbeit beschäftigt sich schliesslich mit Problemen der Lebensführung an der Schnittstelle zwischen Individuum und Gesellschaft (vgl. Hollenstein et al. 2018: 183). Auch darf sich diese Arbeit als Provokation verstehen, die dem aktuellen Zeitgeist zu widersprechen wagt, der gemäss meinen Beobachtungen die Psychoanalyse wohl am liebsten zugunsten zeit- und kostensparender, weniger ganzheitlicher Ansätze verdrängen möchte.

Die Psychoanalyse im klassischen Sinne versteht sich als Konflikttheorie und als emanzipatorisches Verfahren, das die Menschen freier sowie arbeits-, genuss- und liebesfähig(er) machen soll (vgl. Heinemann 2010: 45). Das Psychische betrachtet sie durchgehend als determiniert. Alles hat (mindestens) eine Bedeutung. Psychoanalytische Erklärungs- und Therapieansätze umfassen neben dem Bewussten auch das Vorbewusste und das Unbewusste (vgl. Nitzschke 2010: 29). Durch ihre Ganzheitlichkeit lassen sich psychosoziale Vorgänge und Problemstellungen sehr tiefgreifend und ausführlich bearbeiten. Im Gegensatz zu kognitiv-lerntheoretischen und verhaltensorientierten Ansätzen fokussiert die Psychoanalyse nicht primär jene psychischen Aspekte, die kognitiv an der Oberfläche des Bewussten wahrnehmbar sind, sondern die unbewussten (vgl. Mäder 2017: 35). Psychische Störungen können durch die therapeutische und beraterische Inklusion des Unbewussten, das sich dem Bewusstsein – auch bei noch so angestrengtem Nachdenken – entzieht, mehrschichtig und multiperspektivisch bearbeitet werden (vgl. Freud 1917a: 55). Demgemäss eignet sich der psychodynamische Ansatz ganz besonders, um Menschen mit tiefgehenden Leiden an und in der Gesellschaft zu begleiten und zu beraten (vgl. ebd.: 195 f.). An dieser Stelle hat sich für mich folgende Fragestellung herauskristallisiert: **Inwiefern können psychoanalytische Konzepte der Sozialen Arbeit dienlich sein, besonders im Kontext psychosozialer Beratung?**



## 1.1 Erkenntnisinteresse und Relevanz für die Soziale Arbeit

Psychoanalytische Betrachtungen umfassen neben den kognitiv wahrnehmbaren Verhaltensmustern eines Menschen auch die unbewussten innerpsychischen Vorgänge seines Seelenlebens (vgl. Nitzschke 2010: 29). Der aus der Tiefenpsychologie stammende psychodynamische Ansatz ist dergestalt hervorragend anwendbar für tiefgreifende Analysen und Beratungen im Bereich von Psychiatrie, Psychologie und Sozialer Arbeit. Aus einer wissenschaftlichen Perspektive interessiert an dieser Stelle die Erforschung der unbewussten und vorbewussten Anteile eines Menschen und dessen Fühlens, Denkens, Handelns, Verhaltens und Erlebens. Für die Soziale Arbeit interessiert konkret die praktische Eignung des Ansatzes für fachliche beziehungsweise prozessuale Beratungen, die sich methodisch in (fast) allen professionsinternen Handlungsfeldern finden lassen. Letztlich überwiegt hier die Frage, inwiefern es für Professionelle der Sozialen Arbeit sinnvoll ist, psychoanalytische Konzepte zu kennen.

Die Krankenversicherungen in der Schweiz verweigern die Kostenübernahme von Psychoanalysen (vgl. Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen 2019: o.S.), nicht zuletzt wegen deren hohen Zeit- und Finanzaufwands und der Tatsache, dass eine Psychoanalyse sehr wohl auch als intellektuelle Selbsterfahrung zu Zwecken der Selbstverwirklichung dienen kann (vgl. Kardorff 2016: 274). Zeit- und kostensparende Ansätze – vor allem psychotherapeutische Kurzzeitinterventionen, die oft auch weniger ganzheitlich sein können – werden hingegen bereitwillig finanziert (vgl. Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen 2019: o.S.). Gesellschaftspolitisch könnte daher die Frage interessieren, ob eine psychologische Unterversorgung der Bevölkerung in Kauf genommen wird, um finanzielle Einsparungen bei den Ausgaben der Grundversicherungen der schweizerischen Krankenkassen vornehmen zu können. In Deutschland ist die Psychoanalyse seit 1967 eine Regelleistung der Krankenkassen (vgl. Böker/Hartwich/Northoff 2016: 29). Diesbezüglich hat die Bundesrepublik Deutschland einen Sonderstatus, denn in keinem anderen Land der Welt ist eine komplette Psychoanalyse mit bis zu über 300 Therapiestunden unter den Regelleistungen der Krankenversicherungen subsumiert. Das ist auf eine Studie der Allgemeinen Ortskrankenkasse zurückzuführen, die 1965 unter der Leitung von Annemarie Luise Christine Dührssen durchgeführt worden ist (vgl. ebd.). In dieser Studie wurden Patientinnen und Patienten mit psychischen Problemen jeweils während und fünf Jahre nach einer therapeutischen Behandlung untersucht (vgl. ebd.). Es zeigte sich, dass die Anzahl der Klinikaufenthalte der psychoanalytisch therapierten Patientinnen und Patienten deutlich abgenommen hatte und sie – im Verhältnis zu nicht oder mit anderen Formen Therapierten – seltener stationär aufgenommen werden mussten (vgl. ebd.). Die ökonomische Erkenntnis, dass mit Psychoanalysen langfristig Geld gespart wird, dass sich der Aufwand

nach einigen Jahren amortisiert, führte schliesslich zu ihrer Aufnahme unter die Regelleistungen der Krankenkassen (vgl. ebd.). Im Hinblick auf die ökonomische Effizienz ist meiner Meinung nach sicher auch anzumerken, dass ein Mensch, der mit sich selbst, seiner Lebensgeschichte, seinen Neigungen und Begehren etwas mehr im Reinen ist, wohl einen Zugewinn an Produktivität und Effizienz hat, was auch immer er tun mag.

Die *Wirksamkeit der Psychoanalyse* wurde unterdessen in diversen Studien eindrücklich belegt (vgl. Helle 2019: 55). Sie stellte sich ebenda nicht nur als wirksam, sondern auch als nachhaltig und langfristig symptomlindernd heraus (vgl. ebd.). Des Weiteren konnte in Prozess-Outcome-Studien nachgewiesen werden, dass der Erfolg psychoanalytischer Behandlungen nicht einfach aus einer längeren Behandlung resultiert (vgl. Benecke 2014: 65). Je umfassender nämlich eine Therapie psychoanalytische Techniken einsetzt, desto besser fühlten sich die Therapierten im Schnitt drei Jahre nach Behandlungsabschluss (vgl. ebd.). „Erinnern, wiederholen und durcharbeiten“ – und es funktioniert eben doch! Da die Psychoanalyse nicht bei der direkten Symptombekämpfung ansetzt, sondern Ursachenbearbeitung betreibt und die grundlegenden Problemstellungen mit ihren dahinterliegenden Konflikten anvisiert, ist dies meines Erachtens auch nicht weiter verwunderlich. Gelingt die Problemlösung nämlich auf einer konstitutiven Ebene, so kann hieraus beachtliche psychische Stabilität und Robustheit resultieren. Die Vorteile psychodynamischer Therapien dauern zudem nicht nur an, sondern nehmen mit der Zeit gar zu (vgl. Shedler 2011: 269). „Im Gegensatz dazu haben die Vorteile von anderen (nichtpsychodynamischen) empirisch gestützten Therapien die Tendenz, für die geläufigsten Störungen mit der Zeit abzuklingen.“ (Ebd.: 270) Ebenso konnte die *Überlegenheit* einer Langzeitanalyse gegenüber kürzeren Therapien untermauert werden (vgl. Helle 2019: 56). „Konkret wurde nachgewiesen, dass es Patienten nach der Behandlung mit psychodynamischer Langzeittherapie im Durchschnitt besser ging als 96 Prozent der Patienten in den Vergleichsgruppen, die kürzere Therapien erhalten hatten.“ (Ebd.)

Historisch fusst die Verschränkung von Psychoanalyse und Sozialer Arbeit auf dem Verständnis der Psychoanalyse als Entwicklungstheorie und der daraus erwachsenden Bedeutung für die Erziehungswissenschaften (vgl. Günther/Heilmann/Kerschgens 2022: 14). Freud selbst befürwortete eine breite Anwendung der Psychoanalyse über die Klinik hinaus. So schrieb er, „dass der Erzieher psychoanalytisch geschult sein soll, weil ihm sonst das Objekt seiner Bemühung, das Kind, ein unzugängliches Rätsel bleibt. Eine solche Schulung wird am besten erreicht, wenn sich der Erzieher selbst einer Analyse unterwirft, sie am eigenen Leibe erlebt“ (Freud 1925: 4). Des Weiteren konstituiert der Freudianismus neben dem Marxismus und dem Hegelianismus das Fundament der Frankfurter Schule und deren „Kritischer Theorie“, die sich der Untersuchung der dialektischen Verschränkung von Individuum und Gesellschaft widmet (vgl. Fromm 1993: 158). Die „Kritische Theorie“ leistet einen wichtigen Beitrag zur Analyse

gesellschaftlicher Prozesse und ist somit höchst relevant für die Soziale Arbeit. Meines Erachtens liegt die grösste Verbindung zwischen Sozialer Arbeit und Psychoanalyse im gemeinsamen Ziel, Menschen in psychosozialen Notlagen emanzipatorische Unterstützung zur Befreiung aus Zwängen sozialer oder aber innerpsychischer Genese zu bieten. Wider den Anschein einer patriarchalen Wissenschaft beheimatet die Psychoanalyse seit Anbeginn – ungleich vieler anderer Wissenschaften – viele Wissenschaftlerinnen, darunter Marie Bonaparte, Helene Deutsch, Anna Freud, Lou Andreas-Salomé und Sabina Spielrein.

## **1.2 Hinweise zum Arbeitsaufbau**

Nachdem im ersten Kapitel die Themenstellung der vorliegenden Arbeit, die Begründung der Theoriewahl, das Erkenntnisinteresse und die Relevanz für die Soziale Arbeit als Disziplin und Profession dargelegt sowie die führende Fragestellung hergeleitet worden ist, widme ich mich im Rahmen des zweiten Kapitels der bildhaft-ästhetischen Skizzierung und multiperspektivischen Beleuchtung von Tiefenpsychologie, Psychoanalyse und Psychodynamik. Dabei stelle ich mir – der persönlichen und professionellen Bereicherung wegen – den Anspruch, der Leserin, dem Leser das psychoanalytische Denken näherzubringen und die Begeisterung für das tiefenhermeneutische Deuten einpersonen- und massenpsychologischer Phänomene zu wecken. Ich beziehe mich neben zeitgenössischen Werken des Denkstils, der Authentizität und der Philosophie wegen auf die Literatur der Vorkriegspsychoanalyse. Diese hält meines Erachtens einer Realitätsprüfung stand und hat sich in den meisten Teilen bewährt, beziehungsweise ihre Axiome konnten nicht falsifiziert werden. Neuer ist nie per se besser.

Im dritten Kapitel werden dann jene Aspekte der Psychoanalyse diskutiert, die innerhalb der Sozialen Arbeit – so zum Beispiel im Konnex psychosozialer Beratung – Verwendung finden können. Hauptaugenmerk lege ich dabei auf die Schnittstelle zwischen Individuum und Gesellschaft beziehungsweise die Einbettung des Individuums in seinen gesamtgesellschaftlichen Kontext und das psychoanalytische Verständnis von Kultur.

Das vierte Kapitel umfasst die Erkenntnisse und Schlussfolgerungen der Arbeit. An dieser Stelle soll die Leitfrage basierend auf den Erkenntnissen des vorangegangenen Kapitels und vor dem Hintergrund der Ergebnisse der getätigten Literaturrecherche beantwortet werden. Ebenso bekommen Limitationen und Kritiken eine Stimme verliehen. Eine Abrundung erfährt diese Partie durch ein resümierendes Fazit. Während im fünften Kapitel dann die Bibliografie der verwendeten Quellen geschrieben steht, findet sich im Anhang zum Schluss noch die signierte ehrenwörtliche Erklärung.

## 2. Tiefenpsychologie, Psychoanalyse und Psychodynamik

Im nun beginnenden Hauptteil der vorliegenden Thesis sollen die zentralen Theorien – namentlich die Tiefenpsychologie, die Psychoanalyse und die Psychodynamik – anschaulich dargelegt, durchgearbeitet und diskutiert werden, um sich im Folgekapitel im Rahmen einer Synthese auf die Soziale Arbeit bezogen zu wissen. Sinn und Zweck dieses Vorhabens ist die Herausarbeitung eines tiefenpsychologisch fundierten Zugangs zu sozialen Herausforderungen an der Schnittstelle zwischen Individuum und Gesellschaft beziehungsweise deren professionelle Diagnose, Deutung und Bearbeitung.

### 2.1 Tiefenpsychologie

Die Tiefenpsychologie ist als Oberkategorie aller psychologischen, psychiatrischen und psychotherapeutischen Ansätze zu verstehen, die auf der Annahme fassen, das menschliche Verhalten und Erleben sei primär durch unbewusste – im Sinne von tief unterhalb der Oberfläche des Bewussten wirkende – Triebkräfte konstituiert (vgl. Comer 2008: 47). Die Tiefenpsychologie ist dergestalt die Seelenkunde des Unbewussten und Vorbewussten, also jener seelischen Tiefen, die dem lichten Bewusstsein im Normalfall verborgen bleiben (vgl. Freud 1933: 219). Die Tiefenpsychologie führt „in die dunklen Gebiete des menschlichen Gefühls- und Trieblebens, in die Katakomben und Kloaken der menschlichen Seele, ins Fabelreich des ‚Unbewussten‘ hinab [...], wo kein Licht der Ratio mehr leuchtet, wo wir nichts mehr ‚verstehen‘, sondern nur Regelmässigkeiten registrieren und ordnen können“ (Sombart 1956: 13). Das Urgestein der Tiefenpsychologie ist die von Sigmund Freud zwischen 1885 und 1939 begründete Psychoanalyse (vgl. Freud 1933: 219). Aus ebendieser kristallisierten sich im Laufe der Zeit durch Meinungsverschiedenheiten unter den Schülerinnen und Schülern diverse andere tiefenpsychologische Denktraditionen heraus, die ihrerseits wiederum eigene Methoden und Techniken entwickelt haben, die der klassischen Psychoanalyse mehr oder weniger ähneln (vgl. Schüle in 2016: 100). Zu den tiefenpsychologischen Ansätzen gehören die Denkschulen von Carl Gustav Jung, Alfred Adler, Jacques Lacan, Anna Freud, Melanie Klein und weiteren (vgl. Benetka 2017: VII). Geeint werden die verschiedenen tiefenpsychologischen Denktraditionen durch ihren gemeinsamen Nenner, die Bewertung von unbewussten Begehren, Wünschen und Trieben als höchst relevante – aber verborgene – Motive für menschliches Handeln (vgl. Kuhlmann 2013: 173). Des Weiteren ist ihnen gemein, der Rolle der Kindheit, der Rolle innerpsychischer und gruppodynamischer Konflikte sowie der Rolle zwischenmenschlicher Beziehungen einen hohen Stellenwert in der analytischen Arbeit beizumessen. Erstmals verwendet wurde der Begriff der Tiefenpsychologie von Bleuler (1910: 623) im Jahre 1910, um damit Freuds Psychoanalyse zu beschreiben und um sich von der damals akademisch vorherrschenden Bewusstseinspsychologie zu differenzieren.

## 2.2 Psychoanalyse

„Am Anfang war das Wort“ – und das gesprochene Wort ist Medium und Träger der Psychoanalyse, deren Kosenamen – *nomen est omen* – „Redekur“ ist. Die Psychoanalyse ist gemäss ihrem Schöpfer ein Aussagesystem über die Entwicklung, die Struktur und die Funktion der menschlichen Psyche beziehungsweise eine humanwissenschaftliche Disziplin und Erkenntnismethode zur Erforschung der menschlichen Seele und des Geistes, ein Verfahren zur Untersuchung vorbewusster und unbewusster intrapsychischer Inhalte und Prozesse, die anderweitig – beispielsweise durch Selbstbeobachtung – kaum erschlossen werden können, eine psychotherapeutische Krankheitslehre und Behandlungsmethode für seelische Störungen aller Art sowie eine ethnologische Interpretationsmethode für kulturelle Phänomene im weitesten Sinne (vgl. Freud 1933: 211). Ihr Gegenstand ist die Zergliederung, Enträtselung und Entmystifizierung der Seele (vgl. Nitzschke 2010: 205). Meiner Meinung nach darf die Psychoanalyse auch als die *Wissenschaft der Leidenschaften* bezeichnet werden. Indem sie stets am Scheinbaren zweifelt, alles infrage zu stellen versucht, hinter die Fassade blickt und ohne Tabus oder Scheuklappen in alle Richtungen zu denken gewillt ist, nähert sie sich dem verborgenen Triebleben, also den Leidenschaften, an. Dabei geht es aber nicht in erster Linie darum, zum Verstehen zu kommen, sondern über das abstrakte Verstehen zum konkreten Erleben zu gelangen. Der Mensch soll über die Bewusstwerdung freier, unabhängiger und genussfähiger werden. Er soll den Mut haben, sich seiner eigenen Triebe zu bedienen und ebendiese konstruktiv und ohne destruktive Hemmung auszuleben. Auch soll er erkennen, dass seine Persönlichkeit veränderbar und nicht an ein Rollenbild fixiert sein oder bleiben muss. *Die Psychoanalyse fokussiert die Freiheit und Lebensqualität des Menschen*. Je mehr die Menschen ihre Unfreiheiten zu erkennen imstande sind und sich ihrer unter Beihilfe ebendieses Bewusstseins entledigen, desto freier werden sie sich fühlen. Denn jedes individuelle Gewordensein ist jenseits seiner Genetik (Nature) zutiefst mit Einflüssen der Umwelt (Nurture) verstrickt. Und von ebenjenen Verstrickungen kann sich nur lösen, wer sich ihrer bewusst wird.

Literarisch erstmals der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurde der Terminus der „Psychoanalyse“ von Freud 1896 in seinem Essay „Zur Ätiologie der Hysterie“ (vgl. Morschitzky 2007: 163). Im Verlauf des zwanzigsten Jahrhunderts fand die Freud'sche Analyse sukzessive Einzug in Kultur, Gesellschaft, Politik, Kunst (Literatur, Malerei, Musik, Film usw.), (Sozial-)Pädagogik (zum Beispiel Kindererziehung und Jugendarbeit), Sozialarbeit (zum Beispiel psychosoziale Beratung, Arbeit mit Gruppen und Sozialpsychiatrie) und viele weitere Bereiche des Lebens (vgl. Schweizerische Gesellschaft für Psychoanalyse – Freud-Zentrum Bern 2016: o.S.) – sogar bis in die Alltagssprache ist sie vorgedrungen: Man denke an verbreitete und bekannte Termini wie „Verdrängung“, „Freud'scher Versprecher“, „Projektion“ und

„Übertragung“. Sie prägte das intellektuelle Leben der abendländischen Welt in beachtlicher Weise und wird so auch als Kulturtheorie bezeichnet. Die Idee einer Seelenzergliederung ist freilich sehr alt und nicht originär Freud zuzuschreiben (vgl. Flammer 2009: 75). So rätselten auch die Philosophen der Antike und die Literaten der Romantik über die seelischen Tiefen des Menschen. Vielmehr ist Freud die Idee der medizinischen Fruchtbarmachung der Kenntnisse über das Unbewusste zu attribuieren (vgl. ebd.). Freuds Expedition, die ihn zur Entdeckung und Erfindung der Psychoanalyse bringen sollte, führte ihn 1885 von der suggestiven Hypnose des Neurologen Jean-Martin Charcot in Paris (vgl. Nitzschke 2010: 17) über die kathartische Methode des Arztes Josef Breuers 1889 in Wien (vgl. ebd.: 22) hin zum psychoanalytischen Denken.

Das Theoriesystem der Psychoanalyse geht davon aus, dass das psychische und geistige Grundkonstrukt eines Menschen bereits in der (frühen) Kindheit angelegt wird (vgl. Mäder 2017: 30). Es sind die frühen Beziehungserfahrungen, die das seelische Innenleben ausmachen. Die meisten psychodynamischen Vorgänge bleiben dem Bewusstsein dabei (meist für immer) verborgen, wirken sich jedoch gleichwohl stetig auf unser Fühlen, Denken, Handeln, Verhalten und Erleben aus. Dies geschieht laut Freud durch die dynamischen Prozesse des Unbewussten (vgl. McLeod 2004: 65). Das Unbewusste konturierte er als jenen Teil der Psyche, der ausserhalb des unmittelbar zugänglichen Bewusstseins liegt – im Sinne eines sich seiner selbst auf einer Metaebene bewussten Seins (vgl. ebd.). Ebendieses existiert in Form eines Nicht-mehr-Bewussten als Sammeltopf für Verdrängtes, das aufgrund innerer Konflikte unbewusst geworden ist, und eines Noch-nicht-Bewussten, das noch nie bewusst war. Das Unbewusste umfasst per se jene psychischen Prozesse, die sich jenseits eines sprachlich-reflexiven Denkens bewegen. „Das Unbewusste ist das eigentlich reale Psychische, uns nach seiner inneren Natur so unbekannt wie das Reale der Aussenwelt und uns durch die Daten des Bewusstseins ebenso unvollständig gegeben wie die Aussenwelt durch die Angaben unserer Sinnesorgane.“ (Freud 1900: 580) Das Unbewusste konstituiert dergestalt den Normalfall, das Bewusste ist die Ausnahme. Denn: „Für das Subjekt ist es bequemer, blind für die eigene Identität zu bleiben, als die katastrophale Wahrheit über sich selbst zu durchdringen.“ (Jacques-Marie Émile Lacan)

In der klassischen Psychoanalyse wird – wegen der fehlenden Lokalität – nicht vom Unterbewussten, sondern vom Unbewussten gesprochen. Auch heisst es nicht „Unbewusstsein“, da es sich hierbei nicht um eine personifizierte, ansprechbare Entität im Sinne einer ontologischen Seinsqualität handelt. Freilich entsteht hieraus ein Widerspruch zum Terminus der Tiefenpsychologie. Wird uns ein psychischer Inhalt bewusst, diffundiert er also vom Unbewussten über das Vorbewusste ins Bewusste, dann ergibt sich hieraus keine Änderung der Örtlichkeit des Gedankens, sondern eine Veränderung der psychischen Erregungssumme, die ebendiesen Gedanken besetzt.

Der Schweizer Psychiater und Tiefenpsychologe Carl Gustav Jung erweiterte das Konzept des Unbewussten um den Aspekt des Kollektiven (vgl. Roesler 2016: 28 f.). Dieses *kollektive Unbewusste* verstand er als allgemeinmenschliche „Lagerstätte des psychischen Erbes der Menschheitsgeschichte“ (Gramm 2014: 118), die sich parallel zum Körper im Laufe der Evolution entwickelt habe. Das kollektive Unbewusste ist angeboren, allen Menschen qua Zeugung und Geburt eigen und dergestalt nicht initial durch eine individuelle Verdrängungsleistung entstanden (vgl. Jung 2011: 56). Die Grundstrukturen menschlicher Denk-, Fühl-, Handlungs-, Verhaltens- und Erlebensmuster, die als psychische Determinanten das kollektive Unbewusste beseelen und als Wirkfaktoren stets Einfluss auf unser Bewusstsein nehmen, benannte Jung als Archetypen, die als seelische Urbilder verstanden werden können (vgl. Jung 1954: 4–6). Konkrete Beispiele hierfür sind Animus und Anima, der alte Weise, die grosse Mutter, die Trinität, das Selbst, das Licht und der Schatten (vgl. Roesler 2016: 34–46). Im seelischen *Schatten* verortete Jung jene – scheinbar negativ konnotierten – Eigenschaften, die wir an uns nicht wahrhaben wollen oder können (vgl. ebd.: 34). Zeitgleich ist der Schatten auch – analog zu den Unterwelten der Mythologien – die Lagerstätte unserer grössten Schätze und spannendsten Neigungen, zum Beispiel in Form von Talenten und Interessen, die gesellschaftlich als unangemessen gelten (vgl. ebd.). Wichtigster Indikator für eigene Schattenaspekte seien jene Dinge, die uns in projizierender Weise an anderen stören (vgl. ebd.: 35). In biblischer Ausdrucksweise: „Warum siehst du den Splitter im Auge deines Bruders, aber den Balken in deinem Auge bemerkst du nicht?“ (Jesus Christus)

Zentrales Konzept der Analytischen Psychologie Jungs ist der *Individuationsprozess* (vgl. ebd.: 16). Der Mensch soll zu dem werden, der er ist und sein soll (vgl. ebd.: 30). Das Bewusste muss sich in reziproker Weise mit dem individuellen und kollektiven Unbewussten verbinden, um jenes erfüllte Ganze zu werden, das Jung *das Selbst* nannte (vgl. ebd.: 44). Tut er dies nicht, so entstehe Leid und Krankheit. Kernpunkt dieses Individuationsprozesses ist die proaktive Konfrontation mit dem Schatten (vgl. ebd.: 39).

Der Königsweg, die *Via regia* zum Unbewussten, ist nach psychoanalytischer Denktradition die symbolische *Traumdeutung* (vgl. McLeod 2004: 66). „Der Traum ist wie eine Psychose, aus der wir morgens gesund aufwachen; die Psychose ist wie ein Traum, aus dem es kein Erwachen gibt.“ (Heise 2019: 10) Traum und Symptomenentstehung verfahren nach denselben Modi (vgl. Freud 1950: 296). Für die Traumdeutung gilt es, aus dem vermeintlichen „Unsinn des Bewussten einen Sinn des Unbewussten“ (Heise 2019: 10) zu konstruieren. Dabei wird offenbar, dass eine scharfe Trennung zwischen Pathologie und Normalität lediglich von konventionellem Wert ist, die Übergänge fließend sind und die Frage nach dem Krankheitswert eines Symptoms immer auch eine Frage der vorherrschenden Definitionsmacht ist (vgl. Fromm 1991: 25). Gemäss Freud (1950: 213) ist „der Traum kein Unsinn [...], sondern eine Wunscherfüllung“ und per se als „Hüter des Schlafes“ zu verstehen (vgl. Freud 1900: 400).

Wünsche, welche die nächtliche Ruhe torpedieren könnten, werden im Schlafe als bereits erfüllt präsentiert, sodass ein Aufwachen vorerst ausbleibt und der Dämmerzustand persistieren kann (vgl. Freud 1917a: 65 f.). Da sich unter diesen *menschlichen, allzumenschlichen* Wünschen auch solche befinden, die wir nicht wahrhaben wollen und im Wachzustand verdrängt haben, greift auch im Schlafzustand das Über-Ich als Zensor in das psychische Geschehen ein und leistet in Form von gestalterischen Modifikationen zum Zwecke einer gesellschaftskonformistischen Verhüllung und Maskierung sogenannte Traumarbeit (vgl. Freud 1900: 280). Dabei werden Gefühle und Wünsche verschoben und/oder in ihr Gegenteil verkehrt, Nebensächliches gewinnt an Bedeutung, innen wird projektiv zu aussen, aus Lust wird Angst et cetera, perge, perge (vgl. ebd.: 454). Nichtsdestotrotz ist während des Schlafes die psychische Abwehr des Ichs herabgesetzt, wodurch mit grösserer Wahrscheinlichkeit vorbewusste Inhalte im Traumgeschehen – mehr oder weniger verstellt – auftreten können (vgl. ebd.: 503). So werden Wünsche immer wieder als in Erfüllung Gegangenes dargestellt – wenngleich einer verbergenden Diskretion unterstellt – und können im Rahmen der Traumdeutung wieder rückübersetzt und bewusst gemacht werden (vgl. ebd.: 77). Die Existenz des Traumes – so unmoralisch er vermeintlich auch sein mag – ist letztlich auch Zeugnis des eigenen Unwillens, die dahinterliegenden Wünsche real auszuleben. Denn da das Über-Ich internalisiert ist, entgeht ihm nichts, wirklich nichts. Es wird zum allsehenden Auge, zum introjizierten Gott, der alles sieht. Das Über-Ich wirkt als intrapsychischer Imperativ, der ein Denken und Handeln ausserhalb seiner Herrschaft verunmöglicht, denn jeder Mensch kann letztlich nur so weit gehen, wie ihn Scham, Ekel, Schuld, Gewissen und Moral auch lassen. Die Traumarbeit nutzt Ambiguitäten und Tagesreste, um auch des Nachts einen Kompromiss zwischen den Ansprüchen des Es und jenen des Über-Ichs zu finden (vgl. ebd.: 551). Das Es darf einen Teil seiner Spannung und Erregung abführen, während dem Über-Ich gleichwohl nicht die Kontrolle über das nächtliche Triebgeschehen entgleitet (vgl. ebd.). Trifft Letzteres dennoch wider Erwarten ein, so wird der Traum abgebrochen und das Erwachen setzt ein (vgl. ebd.: 552). Mit Es und Ich sind die entsprechenden Instanzen des Freud'schen Strukturmodells gemeint.

Jung entwickelte einen konträren Traumdeutungsschlüssel, der auf seinem Konzept der Individuation beruht. Da der Mensch im Individuationsprozess nach Vervollkommnung, Ganzwerdung und der Integration verschiedener Selbstanteile strebe, sei jenes, das uns in Träumen und Fantasien erscheine, gerade der Teil, der uns fehlt oder der abgewehrt wird (vgl. Jung 2005: 50). Träume kompensieren und komplettieren das Wachleben, versuchen, eine Ganzheit herzustellen, und weisen spiegelbildlich auf einen Mangel hin (vgl. ebd.).

„Wo Es war, soll Ich werden“ lautet ein primäres Ziel der Freud'schen Analyse (vgl. Nitzschke 2010: 134). Das Es soll zum Zwecke der Selbstermächtigung und Emanzipation – nicht nur von Symptomen – mittels psychoanalytischer Therapiearbeit möglichst umfassend in das Ich



integriert werden. Die im Dunkeln liegenden Seelenanteile – in Jung'scher Terminologie als Schatten bezeichnet – müssen dafür, wortwörtlich, illuminiert und dergestalt ins Bewusstsein geholt werden: „Es werde Licht.“ Dabei gilt: „Bewusstsein schafft Veränderung“ (Prof. Dr. Sigmund Freud), „Heilen durch Verstehen“ (Dr. med. Dunja Voos) und „name it to tame it“ (Prof. Dr. Daniel J. Siegel). Letzteres meint, dass eine Linderung stattfindet, sobald das Leiden benannt und der Affekt damit abgeführt werde. Nichtsdestotrotz konstatierte Freud bereits 1906 im Rahmen eines Briefes an Carl Gustav Jung, dass wir eigentlich nur durch Liebe heilen (vgl. Freud 1906: 13). Das Bessere ist dabei – in voltairianischer Manier – des Guten Feind (vgl. Freud 1937: 372). Geht es der Analysandin, dem Analysanden aufgrund der psychoanalytischen Behandlung besser, so erschwert dies aufgrund des verminderten Leidensdruckes eine umfassende Heilung (vgl. ebd.). Dessen ungeachtet scheint die Psychoanalyse meiner Meinung nach dann den grössten Zuwachs an Lebensqualität zu bringen, wenn sie aus psychopathologischer Sicht nicht (mehr) notwendig zu sein scheint und eine dringliche Symptombekämpfung wegen fehlenden Leidensdrucks obsolet geworden ist. Freud pflegte zu sagen, dass *„der Mensch [...] nicht Herr im eigenen Haus“* sei. Auf ebendiese Aussage recurriert auch Robert Finster als Freud in der gleichnamigen Serie.

Ich bin ein Haus. In mir ist es dunkel. Mein Bewusstsein ist ein einsames Licht, eine Kerze im Luftzug. Sie flackert, einmal hierhin, einmal dorthin. Alles andere liegt im Schatten, alles andere liegt im Unbewussten. Aber sie sind da, die anderen Zimmer, Nischen, Gänge, Treppen, Türen. Zu jeder Zeit. Und alles, was in ihnen wohnt, alles was in ihnen wandelt, es ist da, es wirkt, es lebt, in diesem Haus, das ich bin. Trieb, Eros, Tabu, verbotene Gedanken, verbotene Begierden, Erinnerungen, die wir nicht im Licht sehen wollen, die wir verdrängt haben aus dem Licht. Sie tanzen um uns herum in der Dunkelheit. Sie triezten und stossen uns, sie spuken, sie flüstern. Sie machen uns Angst. Sie machen uns krank. Sie machen uns hysterisch. (ORF/Netflix, März 2020: 25:57–27:35)

Es besteht eine Illusion über die Urheberschaft eigener Gefühle, Gedanken und Handlungen. Der Mensch weiss meist nicht, warum er fühlt, was er fühlt, denkt, was er denkt, und tut, was er tut, ist sich paradoxerweise aber meist sehr sicher, über genau dieses Wissen zu verfügen. „[...] denn sie wissen nicht, was sie tun!“ (Jesus Christus) Oder wie Johann Wolfgang von Goethe (1986: 119, 4116–4117) es Mephistopheles in den Mund legte: „Der ganze Strudel strebt nach oben; du glaubst zu schieben, und du wirst geschoben.“ Der Mensch soll Herr in seinem Körperhause werden und sich nicht mehr – oder mindestens nicht länger so stark – von unbewussten Impulsen leiten lassen (vgl. McLeod 2004: 66). Die Klientel muss Einsicht in die wahre Natur ihrer Problematiken gewinnen und diese im Anschluss intellektuell und emotional durcharbeiten (vgl. ebd.). Daraus soll eine Befreiung von psychischen Spannungen

resultieren, eine Katharsis (vgl. ebd.). Ebendiese Feststellung, dass der Mensch nicht Herr seiner selbst sei, betrachtete Freud (1917b: 4 f.) neben der kopernikanischen und galileischen Abkehr vom Geozentrismus und dem darwinistischen Paradigmenwechsel vom monotheistischen Kreationismus zum atheistischen Materialismus als dritte narzisstische Kränkung der Menschheit im Rahmen einer Denkrevolution (vgl. ebd.). So bugsierten die Universalgelehrten Nikolaus Kopernikus und Galileo Galilei den Menschen aus dem Zentrum des Universums (kosmologische Kränkung), der Naturforscher Charles Robert Darwin stiess ihn vom Thron der Schöpfung (biologische Kränkung) und Sigmund Schlomo Freud aberkannte ihm schliesslich noch die Souveränität über das eigene Ich (psychologische Kränkung) und zertrümmerte somit das Konzept des genuinen freien Willens (vgl. ebd.). Selbstverständlich – es ist offensichtlich – wertete Freud damit auch den Status seines eigenen Schaffens auf.

Die Ausgangsposition der Psychoanalyse ist die Frage nach dem Ursprung der Psyche. Und für Freud standen die Sexualität im weitesten Sinne und die Aggression am Ursprung des psychischen Seins (vgl. Nitzschke 2010: 44). Das psychoanalytische Theoriesystem probiert infolgedessen – ausgehend von ebendiesem Startpunkt –, ein Lehrgebäude hochzuziehen, das sich in seiner inneren Konsistenz behaupten und einer empirischen Überprüfung standhalten kann. Gemäss klassischer Psychoanalyse *basiert Kultur per se auf Triebhemmung, -unterdrückung und -verdrängung* – in concreto auf der Hemmung der Triebe nach Sex, Aggression und Macht – sowie auf Disziplinierung, Züchtung und Domestikation, aber auch auf einem genuinen Masochismus (vgl. Freud 1908: 116). Nach Freud führt dies dazu, dass Gesellschaft und Familien zu einer Art „Neurosenproduktionsanstalt“ werden. Kultur ist somit ein Opfer, das wir bringen, um uns nicht vor unseren Mitmenschen zu fürchten, unsere Mitmenschen nicht vor uns fürchten zu machen und uns nicht vor uns selbst.

Für Freud (1917a: 208) hatten Nervenkrankheiten auch immer – mindestens latent – eine sexuelle Ursache. Infolgedessen plädierte er für freien Geschlechtsverkehr zwischen jungen, unverheirateten Menschen, was zu seiner Zeit – Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts – hochgradig subversiv war (vgl. Lahann, Mai 2006: o.S.). Er ging davon aus, dass freie Liebe die Gesundheit erhalte, das Selbstvertrauen fördere und Neurosen gar nicht erst aufkommen lasse (vgl. ebd.). *Neurosen* sind hier per definitionem psychische Leiden, denen keine nachweisbaren organischen Ursachen zugrunde liegen und die – in Abgrenzung zu den *Psychosen* – nicht mit einer Verzerrung der Realitätswahrnehmung einhergehen (vgl. Freud 1924: 374). Gemäss Freud (ebd.) resultieren sie aus einer unvollständigen Verdrängung psychischer Inhalte. Freuds Werke wurden im Dritten Reich als „jüdische Pornografie“ und „seelenzerfasernde Überschätzung des Trieblebens“ geschmäht und fielen den Bücherverbrennungen zum Opfer (vgl. Klug 2020: 32).

Nach Wilhelm Reich (1933: 29) ist der Kern jeder Neurose von aktualneurotischer Natur. Somit kann ein psychopathogenes Symptom erst dann in Erscheinung treten, wenn genügend

Libido, also Sexualspannung, gestaut ist (vgl. ebd.). Dergestalt lassen sich psychische Leiden im Sinne einer Symptombekämpfung durch eine regelmässige und umfassende Abfuhr der Libido lindern und Neurosen unterbinden (vgl. ebd.). Freud konstatierte im Weiteren, dass Vergessen psychisch krank mache (vgl. McLeod 2004: 66), und er selbst grub Vergessenes aus, wie ein Archäologe Grabanlagen antiker Hochkulturen, um ebendieses wieder erinnerbar zu machen. „Glücklich ist, wer vergisst, was nicht mehr zu ändern ist“, heisst es in der Operette „Die Fledermaus“ von Johann Strauss (vgl. Lahann, Mai 2006: o.S.) – welch Blendwerk! Deshalb galt für Freud das Kredo: „Erinnern, wiederholen und durcharbeiten“ (Nitzschke 2010: 172). Der analytische Stoff hierfür soll aus verschiedenen Quellen gewonnen werden, aus dem, was die Analysandin, der Analysand in Mitteilungen und Assoziationen andeutet, was in der Übertragung offenbar wird, was aus der Deutung der Träume entnommen werden kann und was durch Fehlleistungen ins Bewusstsein gelangt (vgl. Freud 1940: 40). Dabei geht die Psychoanalyse dekonstruktivistisch vor, indem sie das Gewordensein des Individuums nachträglich erforscht und hinterfragt. Durch das Deuten wird probiert, etwas Unverstandenes verständlich zu machen beziehungsweise eben etwas Unbewusstes bewusst. Deuten heisst, einen verborgenen Sinn zu finden. Deuten bedeutet, innere Verbindungen herzustellen, Gedanken, Gefühle, Körperzustände und Erinnerungen mit Worten zu verbinden, aktuelle Erlebensweisen und Erfahrungen in einen Sinnzusammenhang zu setzen und sie zu kontextualisieren. Ziel des psychoanalytischen Deutens ist eine lebensqualitätsverbessernde Veränderung des seelischen Erlebens, eine psychische Transformation durch eine neu gestiftete Verbindung. Um dies zu bewerkstelligen, ist es wichtig, zu erkennen, welche Muster und Überzeugungen sich in einem Menschen im Laufe seines Lebens herausgebildet haben, und diese Schablonen und Glaubenssätze im aktuellen Erleben wiederzuerkennen. *Dergestalt entsteht in der Psychoanalyse eine Synthese aus aktuellem Erleben und eigenem Gewordensein.* Wiederkehrende Muster verstehen zu lernen, ist bedeutsam, um neue Erfahrungen überhaupt möglich machen zu können, denn nur wer weiss, welche Schablone er mit seiner Wahrnehmung über die Welt legt, kann die Idee entwickeln, dass sie noch ganz anders aussehen könnte. Die Psychoanalyse erinnert – soll doch hier auch ausgiebig über die vermeintlichen Sünden gesprochen werden – an die katholische Beichte und ist meines Erachtens im Prinzip, genauso wie jede Form der Psychotherapie, seit der Aufklärung und Industrialisierung auch irgendwie als Ersatz für stämmische und religiöse Einbindung zu verstehen. Freud war – einem Immanuel Kant nicht unähnlich – davon überzeugt, dass Erkenntnis die Welt verbessere (vgl. Hürter, Dezember 2018: o.S.). Er war auf der Suche nach Wahrheit und damit auf dem Weg, Illusionen zu zerschlagen. Im Gegensatz zu Kant glaubte Freud aber nicht an einen Sieg der reinen Vernunft (vgl. ebd.). Vielmehr war er überzeugt, dass der Mensch mit seinen irrationalen, unvernünftigen, triebgesteuerten Seiten Frieden schliessen müsse, um psychisch gesund und glücklich sein zu können (vgl. ebd.).

## Über die psychoanalytische Therapie

Das Setting einer Psychoanalyse setzt sich aus diversen tiefenpsychologischen Methoden und Techniken zusammen. Dazu gehört – als Grundregel der Psychoanalyse – die Methode der *freien Assoziation* (vgl. McLeod 2004: 66). Hierfür charakteristisch ist das konstante Verweilen der Analysandin (psychoanalytische Klientin), des Analysanden (psychoanalytischer Klient) auf einer Couch während der gesamten Einzelanalysestunde (vgl. ebd.: 62). Diese dauert meist zwischen 45 und 50 Minuten und findet im Rahmen einer klassischen Psychoanalyse zwischen drei- und fünfmal wöchentlich statt – durchschnittlich binnen drei und fünf Jahren (vgl. International Psychoanalytical Association 2015: 8). Es handelt sich bei einer Psychoanalyse um eine hochfrequente Langzeittherapie. Entspannt auf der Couch – dem Symbol der Psychoanalyse (siehe Fotografie auf dem Titelblatt) – liegend, wird die Analysandin, der Analysand dann jeweils aufgefordert, möglichst ungehemmt – ohne Inhalte auszusprechen oder sie auszuwählen – zu erzählen, was ihr oder ihm gerade durch den Kopf geht (vgl. McLeod 2004: 66). Jeder aufkommende Gedanke – und nun wirklich jeder –, egal, wie wichtig oder unwichtig, richtig oder falsch, gut oder böse, moralisch oder unmoralisch, anständig oder anstössig er erscheinen mag, soll gegenüber der Psychoanalytikerin, dem Psychoanalytiker ausgesprochen werden. Gemäss Freud falle dadurch die schützende Abwehr des Ichs, der innere Zensor, und das Unbewusste könne zutage treten (vgl. ebd.). Auf diese Weise sollen die Abwehrmechanismen des Vorbewussten umgangen werden, denn Menschen probieren nach Freud'scher Auffassung, alles zu vermeiden, was Unlust bereitet (vgl. ebd.). Weicht die Analysandin, der Analysand Fragen aus, vermeidet gewisse Themen oder lässt den Redefluss stocken, wird die Analytikerin, der Analytiker (kurz für Psychoanalytikerin und Psychoanalytiker) genau dort – mit Verdacht auf einen unbewussten Widerstand, der zum Zwecke des analytischen Fortschritts gemeinsam zu überwinden ist – nachhaken (vgl. ebd.: 67). Das Gegenstück zur freien Assoziation der Klientel ist die sogenannt *gleichschwebende Aufmerksamkeit* aufseiten der Analytikerinnen und Analytiker (vgl. Schnoor 2011: 29). Dabei soll die Analytikerin, der Analytiker der Analysandin, dem Analysanden zuhören, ohne bestimmte Äusserungen inhaltlich höher zu gewichten als andere (vgl. Schüle 2016: 171). Es geht darum zuzuhören, ohne sich Gedanken darüber zu machen, welche Äusserungen memoriert werden können (vgl. ebd.). Damit soll vermieden werden, dass bei der Psychoanalyse nur jenes gefunden wird, was eigentlich bereits zum Voraus bekannt war (vgl. ebd.). Gegenwärtiges Erleben soll vor dem Hintergrund des bisherigen Lebens studiert, analysiert und interpretiert werden. Die Analytikerin, der Analytiker fungiert während der Psychoanalyse als neutrale, nicht ablenkende Projektionswand, um Beziehungserfahrungen aus der Kindheit reinszenieren zu können (vgl. McLeod 2004: 67); deshalb – und zur Minderung sozialer Kontrollmechanismen – sitzt sie beziehungsweise er jeweils auch hinter und nicht neben der liegenden Klientel. Die Analytikerinnen und Analytiker verhalten sich – um eben als Projektionsfläche

fungieren zu können – gegenüber ihrer Klientel abgegrenzt, reserviert, förmlich und neutral (vgl. ebd.). Sie erzählen wenig bis nichts von sich, um die Projektionen nicht zu verfälschen (vgl. ebd.). Dauer, Frequenz und Setting sind vonnöten, um optimale Bedingungen schaffen zu können, damit Unbewusstes bewusst gemacht und elaboriert werden kann. Die klassische Psychoanalyse nimmt dabei an, dass psychische Störungen zum einen aus konfliktreichen, traumatischen Kindheitserfahrungen (vgl. ebd.: 62) und zum andern vor allem auch aus der Verdrängung und Unterdrückung von Impulsregungen der Primärtriebe resultieren (vgl. Nitzsche 2010: 97). Bei einer psychoanalytischen Bewusstmachung geht es nie nur um den unbewussten Inhalt selbst, sondern natürlich auch um den innerpsychischen Konflikt, der zu dessen Unbewusstmachung geführt hat. Dieser Prozess soll im Wissen geschehen, dass psychoneurotische Kindheitskonflikte aus dem Vergangenheitsunbewussten immer auch im Aktuellen wiedererlebt werden (vgl. Freud 1910b: 138). Symptome haben also einen verborgenen Sinn, der den Patientinnen und Patienten nicht bewusst ist. In einer Psychoanalyse geht es nun nicht einfach darum, diese Symptome abzustellen, um einen alten Zustand wiederherzustellen, sondern darum, etwas Neues zu schaffen, seelische Entwicklung, das heisst Transformation, zu bewirken. Dabei gilt es, sich schichtweise zum Kern des Symptoms vorzuarbeiten. Weitere psychoanalytische Techniken sind die symbolische Traumanalyse und -deutung, die Erkennung und Untersuchung von Abwehrmechanismen des Vorbewussten, das Konzept von Übertragung und Gegenübertragung und tiefenpsychologische Deutungen beziehungsweise Interpretationen (vgl. McLeod 2004: 66–68). Neben der klassischen Psychoanalyse existiert die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie mit niedrigerer Behandlungsfrequenz. In deren Rahmen und auch bei der psychodynamischen Beratung innerhalb der Sozialen Arbeit wird – im Gegensatz zur klassischen Psychoanalyse – auf die freie Assoziation verzichtet, um fokussierter an Problemstellungen arbeiten zu können (vgl. Schnoor 2011: 29). Die Therapeutin, der Therapeut, die Beraterin, der Berater nimmt hier eine aktivere Rolle ein und deutet beziehungsweise interpretiert die Äusserungen der Klientel deutlich direkter vor deren tiefenpsychologischem Hintergrund (vgl. ebd.). Dadurch kann die Behandlungsdauer meist signifikant verkürzt werden.

„Es gab Zeiten, da gehörte der Gang zum Psychotherapeuten in bestimmten Kreisen zum guten Ton.“ (Führer, Dezember 2020: o.S.) So gehörte denn auch das Ausdiskutieren der eigenen Neurosen zum Duktus des Bildungsbürgertums des letzten Jahrhunderts, und der emanzipatorische Geist der Sechzigerjahre bediente sich mit Wonne des Freud'schen Denkens, das der Mässigung Genuss entgegengesetzte, die Sexualmoral durch gegenseitigen Konsens zu substituieren suchte und das Individuum in Opposition zu Autoritäten massiv aufwertete (vgl. Tlusty, Oktober 2020: o.S.). Letztlich waren diese Kämpfe – genauso wie das Private (Carol Hanisch) – natürlich politisch. Bei vielen Menschen ruft der Gedanke an eine Psychoanalyse dennoch eine Abwehrhaltung hervor. Dies ist nicht unbegründet, denn Psychoanalyse

geht dorthin, wo es wehtut, und sie fokussiert, was Angst macht (vgl. ebd.). Die Analytikerin, der Analytiker ist hier als eine Art Wegbegleiterin, Wegbegleiter zu verstehen, die oder der einen in den dunklen Wald hineinführt, einen dazu drängt, vom bekannten Wege abzukommen und zu guter Letzt auch noch an das Haus der Hexe klopft. Und dies nicht ohne Grund, denn: „Am dunkelsten ist die Nacht vor der Dämmerung“ (Jim Gordon) und *zu wahrer Erleuchtung gelangt nur, wer die Fackel des Bewusstseins, das Licht der Aufklärung, im Herzen seines tiefsten seelischen Schattens in Flammen aufgehen lässt*. Hier hat der Mensch die Chance, sich selbst zu finden.

Die Linderung eines Symptoms ist dabei nicht primärer Zweck einer Psychoanalyse. Vielmehr dreht sie sich ganzheitlich um Bewusstwerdung, Selbsterkenntnis und -ermächtigung, Katharsis, Emanzipation, Entfaltung und Lebensqualität. Das Es soll möglichst umfassend in das Ich integriert werden, damit das Begehren zur Lust kommt und bewusstseinsfähig wird. Dennoch soll sich die Analysandin, der Analysand natürlich in der Psychoanalyse vom Symptom lösen können, um – im besten Falle – die durch dessen Wegfallen entstehende Lücke durch eine noch grössere Lust zu ersetzen. Denn das Symptom kann auch als Flucht vor der Verantwortung für das eigene Begehren verstanden werden. Eine verwehrte Befriedigung wird in diesem Fall auf Umwegen erreicht. Die sekundäre Befriedigung über das Symptom bleibt unbewusst, gleichzeitig kann aber nicht vom Symptom abgelassen werden. Am Ende dieses Prozesses steht die Einsicht, dass die Vergangenheit – zum Beispiel der paradiesische, embryonale Zustand im Mutterleib – nicht zurückgeholt werden kann, dass es keine wirkliche Befriedigung ohne Arbeit und kein Haben ohne Verzicht gibt. Die Analysandin, der Analysand soll sich über ihre oder seine Vergangenheit erheben, die Bedingungen der Wirklichkeit und der Befriedigung anerkennen und Verantwortung für das eigene Begehren übernehmen können.

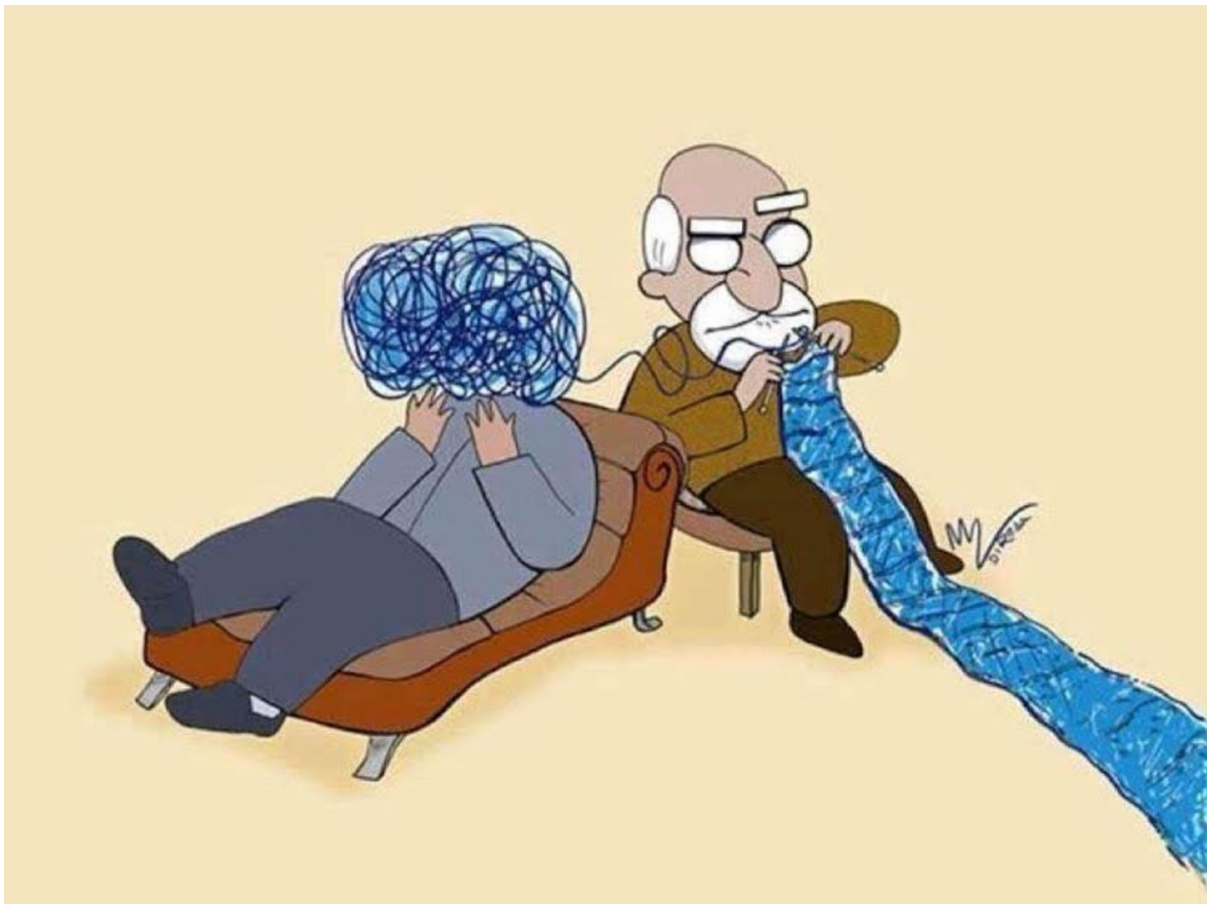
Des Weiteren soll die Fähigkeit zur freien Assoziation elaboriert werden. Denn diese kann – mindestens zu Beginn der Psychoanalyse – niemals wirklich genuin frei sein (vgl. Freud 1934: 26). Wäre die Analysandin, der Analysand fähig, das eigene Begehren ohne Scham und ohne Schuld zu erleben und ebendieses in der freien Assoziation im Rahmen eines lebendigen Erzählens – in dem Gefühl und Sachbezug in Einklang schwingen – zu benennen, so wäre sie oder er gemäss psychoanalytischem Verständnis frei von neurotischem oder gar psychotischem Leiden und die Psychoanalyse dergestalt obsolet (vgl. ebd.). Die freie Assoziation wird somit ab Beginn verlangt, ist aber mehr Ziel denn Start (vgl. Ferenczi 1928: 3). *In einer Psychoanalyse geht es auch nicht darum, alles verstehen und erklären zu können, sondern darum, nicht mehr immer verstehen zu müssen, leben, lieben, arbeiten und geniessen zu können, ohne sich neurotisch angehaucht stetig beobachten und vor sich selbst erklären zu müssen*. Alles erleben zu können, bringt eben mehr, als alles erklären zu können. Letztlich geht es darum, wieder – jedoch auf eine erwachsenere Art und Weise – naiv und frei erleben und geniessen zu können, um effektiv tiefe Befriedigung zu erlangen. Oder – in biblischer

Ausdrucksweise – umzukehren und wieder zu werden wie die Kinder, die in ihrem Verhalten und Erleben freier sind von gesellschaftlichen Zwängen. Es geht darum, die Lust am Leben und aufs Leben, auf die Liebe, das Begehren und die Leidenschaft zu gewinnen. *Die Psychoanalyse soll Mut machen, wieder ins Leben und ins Begehren hineinspringen zu können, statt beispielsweise in den Tod springen zu wollen oder im Stillstand zu verharren.* Sie muss dahingehend auch ein unbefriedigendes Verfahren bleiben, darf sie doch die eigentlichen Begehren der Analysandinnen und Analysanden gerade nicht erfüllen – lediglich „exhumieren“ – und muss auf die Aussenwelt verweisen.

Die Psychoanalyse richtet sich zum einen zwar an leidende, zum anderen aber auch an jene Menschen, die mehr über ihr Innenleben erfahren und sich ihrer selbst bewusst werden möchten. Auch ist sie der Gewinnung innerer Freiheit dienlich und kann als exklusive Variante zur Selbstentfaltung verstanden werden (vgl. Schweizerische Gesellschaft für Psychoanalyse – Freud-Zentrum Zürich 2019: o.S.). Denn: „Psychotherapie ist viel zu schade, um nur den Kranken vorbehalten zu sein.“ (Erving Polster) Psychoanalytische Arbeit ist dabei immer auch mit dem Aufbau seelischer Struktur verbunden. „Es muss sozusagen alles wieder flüssig werden, um dann aus dem vorübergehenden Chaos unter günstigeren Bedingungen eine neue, besser angepasste Persönlichkeit entstehen zu lassen.“ (Ferenczi 1928: 4) *Die Psychoanalyse dreht sich schliesslich darum, das, was sich in der Psyche abspielt, fühlen und denken zu lernen.* Gefühle sollen mit Gedanken und Gedanken mit Gefühlen verbunden werden, damit das innere Netz durch dieses Weben tragfähiger wird und so auch in belastenden Situationen hält. Bildlich dargestellt als Strickvorgang ist dies in Abbildung 2. Intellektuelles und emotionales Verstehen sind zweierlei. Denn „unbewusst“ kann auch bedeuten, dass eine Sache zwar gedacht, aber nicht gefühlt werden kann. Die Aufgabe einer Psychoanalyse besteht deshalb darin, das Fühlen und Denken zu verbinden, kognitiv-emotional erfahrbare Zusammenhänge herzustellen, um dahin zu kommen, zu fühlen, was man fühlt, zu denken, was man denkt, zu denken, was man fühlt und zu fühlen, was man denkt. *Nur wenn man das, was man sagt, auch fühlen kann und das, was man fühlt, auch sagen kann – nur wenn Körper, Gefühl und Gedanken zusammenkommen –, lässt es sich von einem bewussten Vorgang sprechen.* In einer Psychoanalyse kann jedoch nie jeder psychische Inhalt der Reflexion zugänglich gemacht werden, deshalb richtet sich der Fokus primär auf jene seelischen Vorgänge, die uns Leid bereiten. Dies hat meines Erachtens seine Berechtigung. Denn wäre uns alles stets vollständig unbewusst, hätten wir keine Freiheit, und wäre uns hingegen alles immerzu und vollständig bewusst, dann wären wir nie genuin handlungsfähig.

Das Prinzip der freien Assoziation lässt kein klares Ende einer Psychoanalyse zu. Es kann – in potentia – immer mehr und länger analysiert werden. Gemäss Ferenczi (1928: 5 f.) können die Ziele einer Psychoanalyse eher erreicht werden, wenn endlose Zeit zur Verfügung steht. Nicht, weil unendlich viel Zeit vonnöten ist, sondern weil dadurch die Bereitschaft der

Analysandin, des Analysanden steigt, effektiv etwas an sich und ihrem, seinem Leben ändern zu wollen und eben dafür die notwendigen Opfer zu bringen (vgl. ebd.: 6). Dergestalt – ohne festes Enddatum – verkürze sich auch die Dauer der Psychoanalyse (vgl. ebd.). Die Psychoanalyse finde dann ihr natürliches Ende, alsbald Analysandin, Analysand und Analytikerin, Analytiker das Interesse an ihr verlieren (vgl. ebd.: 8). Aufseiten der Klientel resultiere der begrüssenswerteste Interessenverlust aus dem aufkeimenden Wunsch auf reale Befriedigung, welche die Psychoanalyse nicht zu geben vermog (vgl. ebd.: 9). Kann die genuine Befriedigung des eigenen Begehrens nun proaktiv herbeigeführt werden, so kann auch die Neurose und damit die Psychoanalyse losgelassen werden (vgl. ebd.).



**Abbildung 2:** „Therapeutic knitting“ als karikierende Darstellung der Redekur (Reddit 2018: o.S.)

Gemäss dem Neurobiologen und Nobelpreisträger Eric Kandel sei die Psychoanalyse nach wie vor *das schlüssigste Modell des menschlichen Geistes* (vgl. Girking 2007: 43). Aktuelle Studien zeigen, dass sie nachhaltiger wirke als andere Therapien (vgl. Shedler 2011: 269 f.). Nichtsdestotrotz werden an den Universitäten im deutschsprachigen Raum praktisch ausschliesslich kognitiv-lerntheoretische und verhaltensorientierte Ansätze gelehrt (vgl. Jungclaussen 2020: 28). 49 von 50 Lehrstühlen in klinischer Psychologie sind in Deutschland verhaltenstherapeutisch besetzt (vgl. ebd.: 29) – was sich durchaus als einseitige Ausrichtung



kritisieren lässt. Prof. Dr. Cord Benecke, Psychoanalytiker und Lehrstuhlinhaber der Klinischen Psychologie und Psychotherapie an der Universität Kassel, ist derweil der einzige Professor seines Fachgebiets mit analytischem Schwerpunkt (vgl. ebd.: 28).

Um Psychoanalytikerin oder Psychoanalytiker werden zu können, bedarf es in der Schweiz eines abgeschlossenen Medizin- oder Psychologiestudiums auf Masterstufe, einer psychoanalytischen Theorieausbildung, einer Lehranalyse (psychoanalytischen Selbsterfahrung) und diverser Supervisionen (vgl. Schweizerische Gesellschaft für Psychoanalyse – Freud-Zentrum Bern 2016: o.S.). Die Ausbildung zur Psychoanalytikerin, zum Psychoanalytiker dauert nach Abschluss eines der beiden genannten Studien durchschnittlich nochmals zwischen fünf und zehn Jahren, ist teuer und mit vielen Gefühlsregungen verbunden (vgl. International Psychoanalytical Association 2015: 10). Ausgeübt wird die Psychoanalyse überwiegend von Ärztinnen und Ärzten, die viel Zeit und Geld in ihre Lehranalysen investiert haben – und nicht von Psychologinnen und Psychologen (vgl. Stöcker 2006: o.S.). Daneben gibt es die therapeutischen Heil-/Regelanalysen und die intellektuellen Selbsterfahrungsanalysen.

### **Über den psychodynamischen Strukturaufbau der Psyche**

Freud entwickelte zwei verschiedene topische Modelle zur Darstellung des psychischen Apparats (vgl. International Psychoanalytical Association 2015: 4), die auf Platons Schichtenmodell der Seele und Schopenhauers Vorstellung vom „unbewussten Willen“ Bezug nehmen. Die Psyche verstand er als Reflexapparat, der jede Spannung, die er erfährt, unmittelbar abführen will (vgl. Freud 1900: 514). Der Grundzustand dieses psychischen Systems ist die Abwesenheit von Spannung und dessen primäre Funktion deren Abbau bei Vorhandensein beziehungsweise das Anstreben eines möglichst niedrigen Spannungsniveaus (vgl. ebd.: 538). Aufgrund der steten Konfrontation mit der Aussenwelt gibt es aber keinen reibungs- und konfliktfreien Zustand des menschlichen Innenlebens. Für den psychischen Apparat ist die Aussenwelt dabei per se etwas Sekundäres. Das Anerkennen ebendieser ist ein notwendiges Übel, dem es sich zwecks Überlebens und Triebbefriedigung zu unterwerfen gilt und vor dem auch regelmässig die Flucht in den Traum oder in die Neurose ergriffen wird.

Das Selbst und der Charakter konstituieren sich aus psychoanalytischer Sicht primär im Kräftefeld der Familie (vgl. Hafner 2019: 43). Die Identität ist eine fluide Konstruktion und wäre unter dem Einfluss einer anderen Konstellation mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit gänzlich anders herausgekommen (vgl. ebd.). Die Psyche vermögen wir nicht auf direktem Wege zu erkennen. Aufgrund dessen arbeitet die Psychoanalyse – de facto die Geschichtswissenschaft der Seele – fortwährend mit immer neuen Vergleichen, Metaphern und Allegorien und rekurriert auch auf Mythologie, um sich dem Ungreifbaren der Seelenbilderwelten annähern zu können (vgl. Goebel, April 2019: o.S.). Dabei wird die Psyche beispielsweise als Apparatur, als Energiesystem, als Haus, als Tempelanlage, als

Hydrauliksystem oder als Computer symbolisiert (vgl. ebd.). Nachfolgend das Beispiel einer Umschreibung aus der Feder des Psychoanalytikers Dr. phil. Jürgen Grieser:

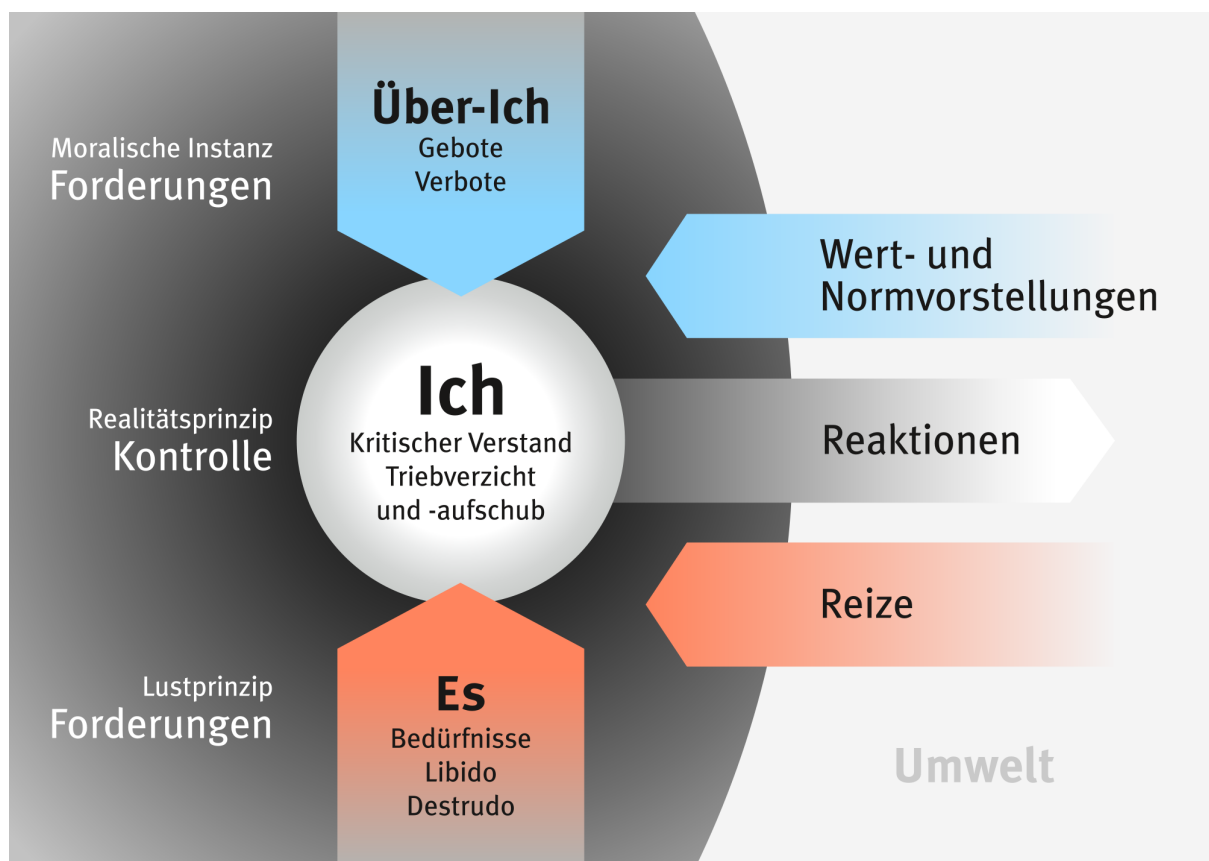
Ich sehe das Unbewusste als Teich, an dem ich mit dem Patienten sitze und darauf schaue, was auftaucht. Vieles hat ja einen automatischen Auftrieb. Wenn wir beide jetzt eine Woche in einer Hütte sitzen würden, würden wir zuerst über Oberflächliches reden, aber mit der Zeit käme immer mehr hoch. Als Therapeut muss ich nicht in die Tiefe bohren, sondern nur dafür sorgen, dass nicht zu viel Treibholz auf der Oberfläche liegt, das verhindert, dass etwas hochkommt. (Strehle, April 2019: o.S.)

Die klassische Psychoanalyse entspricht dem romantischen Ideal einer poetischen Wissenschaft (vgl. Kohlross, August 2019: o.S.) und ist im Kerne vielleicht sogar mehr Kunst als Wissenschaft. Das Freud'sche Wirken kann dergestalt als Synthese zwischen Aufklärung und Romantik verstanden werden. So sind denn auch das Unbewusste, das Unheimliche und die Oneirologie tief im Denken der Romantik verankert (vgl. ebd.). Der berühmte Leitspruch der Aufklärung – „Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!“ – wird in der Psychoanalyse durch die Aufforderung komplementiert, sich zusätzlich seiner Gefühlswelt zu bemächtigen, um durch Introspektion Aufschlüsse darüber zu gewinnen, was in uns selbst, unseren Mitmenschen und der Umwelt vor sich geht (vgl. ebd.). Kohlross (August 2019: o.S.) argumentiert diesbezüglich, dass die Psyche im aktuellen behavioristisch- und kognitivistisch geprägten Diskurs Gefahr laufe, aus der Psychologie ausgetrieben zu werden.

Bilder, Allegorien, Narrative, Metaphern sind das Medium, in dem das Psychische sich ausdrückt, also gerade kein Ungefähreres und Unbestimmtes, das nur darauf wartet, in Buchstäbliches übersetzt zu werden, sondern eben ein Letztes, man könnte auch sagen: Absolutes – eben die besondere Gestalt des Psychischen. Darin liegt nun aber eine ungeheure Provokation dessen, was sich gegenwärtig wissenschaftliche Psychologie nennt: Es könnte sein, dass deren unmetaphorische, am Ideal buchstäblicher Wahrheit orientierte Darstellungsform der metaphorischen wie allegorischen, also poetischen Form der Psyche im Grunde wesensfremd ist. Mit der Psychoanalyse steht der Verdacht im Raum, dass die gängige und gegenwärtige wissenschaftliche Psychologie eine wesentliche Dimension des Psychischen nicht erfassen kann und de facto eine Austreibung der Psyche aus der Psychologie betreibt.

Das erste topische Modell des psychischen Apparats war an das Erscheinungsbild eines Eisbergs angelehnt, unterschied lediglich zwischen Bewusstem, Vorbewusstem und Unbewusstem und wurde originär im November 1899 im Werk „Die Traumdeutung“ (vordatiert auf 1900) publiziert (vgl. International Psychoanalytical Association 2015: 4). Analog zum Eisberg sollen

sich neunzig Prozent der psychischen Inhalte unterhalb der Oberfläche befinden und sich somit dem Bewussten entziehen (vgl. ebd.). Das zweite Strukturmodell des psychischen Apparats ging aus dem ersten hervor und ergänzte ebendieses um die drei psychischen Instanzen des Es, des Über-Ichs und des Ichs – die sich innerpsychisch ein permanentes Tauziehen liefern – sowie um die Aspekte des Lust-, Moralitäts- und Realitätsprinzips (vgl. ebd.). Erstmals publik gemacht wurde es 1923 in Freuds Schrift „Das Ich und das Es“ (vgl. ebd.). Jede der genannten Instanzen verfügt über bewusste und unbewusste Anteile, beim Es und beim Über-Ich überwiegen letztere. Bildlich illustriert ist die Topik des psychischen Apparats im Rahmen von Freuds zweitem Modell in Abbildung 3. Abbildung 4 zeigt eine künstlerische Darstellung ebenjenes Modells und entspringt der Feder eines anonymen Künstlers, der unter dem Pseudonym „surreal32“ auf der Plattform „DeviantArt“ publiziert.



**Abbildung 3:** Struktur- und Instanzenmodell der Psyche nach Freud (Maxe85 2010: o.S.)

Das *Es* umfasst die archaisch-animalischen und evolutionär gewachsenen Erbanlagen, Triebe, Impulse, Affekte, Instinkte und Bedürfnisse, (vgl. McLeod 2004: 65). Sie sind die Grundlage für die wahren, jedoch durch Abwehrmechanismen des Vorbewussten oftmals in ihrem Erscheinungsbild verfälschten Motive für menschliches Erleben und Verhalten (vgl. ebd.). Das *Es* wird vom *Lustprinzip* regiert und strebt stets nach unmittelbarer Befriedigung

(vgl. ebd.). An sich ist das Es weitgehend unbewusst, das heisst, es entzieht sich in seinem Wirken meist der direkten Wahrnehmung (vgl. ebd.). Partiiell können die Impulse aus dem Es jedoch bewusst erlebt werden, da Triebregungen zeitweise sehr wohl sinnlich und kognitiv vom Bewusstsein wahrgenommen werden können. Das Es umschliesst keine Vorstellungen von Gut und Böse und unterliegt keiner Moral; es wird deshalb überwiegend als düster und destruktiv wahrgenommen und bedarf in seinem Ausdruck oft einer Sublimierung, um gesellschaftsfähig gemacht zu werden (vgl. Freud 1933: 103). Historisch, biologisch und evolutionär betrachtet, ist das Es mit seinem archaisch-animalischen Charakter die älteste Instanz der Psyche, die auch schon direkt nach der Geburt als Triebbündel ausgebildet zu sein scheint. *Gemäss Freud gibt es innerhalb des Es zwei antagonistische Primärtriebe, die hauptverantwortlich sind für menschliches Erleben und Verhalten und immer paarweise, das heisst nie in Reinform, auftreten:* den Sexual- beziehungsweise Lebenstrieb namens „Eros“, der durch die Libido – also die psychische Energie hinter der Sexualität – genährt wird, und den Aggressions- beziehungsweise Todestrieb namens „Thanatos“, der durch die „Destrudo“ – also die psychische Energie hinter der Aggression – gespeist wird (vgl. McLeod 2004: 65). Höhere Organismen – so auch der Mensch – verfügen auf zellulärer Ebene über eingebaute Mechanismen, die den Alterungsprozess initiieren und damit letztlich den Tod herbeiführen (vgl. Helle 2019: 14). Einzellige Lebewesen, die sich qua Zellteilung vermehren, kennen keine solchen Mechanismen (vgl. ebd.). Somit ist die Endlichkeit des Menschen in ihm selbst angelegt (vgl. ebd.) und evolutionär letztlich in der Genese der sexuellen Fortpflanzung entstanden, was die Sexualität – ganz in Freud'scher Manier – sowohl zur Lebensspenderin als auch zum Todesengel werden liess. „Das Ziel allen Lebens ist der Tod, und zurückgreifend: Das Leblose war früher da als das Lebende.“ (Freud 1920: 36) Um nun lebensfähig bleiben zu können, muss das Individuum seinen Todestrieb – der in konservativer Art und Weise einen früheren anorganischen Zustand wiederherzustellen anstrebt – grossteils nach aussen richten, damit es sich eines befriedigenden Lebens bemächtigen kann (vgl. Helle 2019: 16). „Der konservativen Natur der Triebe widerspräche es, wenn das Ziel des Lebens ein noch nie zuvor erreichter Zustand wäre. Es muss vielmehr ein alter, ein Ausgangszustand, sein, den das Lebende einmal verlassen hat, und zu dem es über alle Umwege der Entwicklung zurückstrebt.“ (Freud 1920: 36)

*Das Über-Ich* umfasst alle internalisierten Werte, Normen und Ideale, die durch Erziehung, Sozialisation und Enkulturation entstanden sind (vgl. McLeod 2004: 65). Diese Instanz bildet das menschliche Gewissen und kann als ein durch die Kultur oktroyiertes Moralmanual gesehen werden (vgl. ebd.). Das Über-Ich spricht zwar die Sprache der Kultur, bezieht seine Energie jedoch aus dem Es und überprüft zeitgleich dessen Bedürfnisse. Gebote, Verbote, Regeln und Tabus sind hier angesiedelt. Dominiert wird dieser Bereich entsprechend durch das *Moralitätsprinzip* (vgl. Flammer 2009: 79). Das Über-Ich ist vorwiegend durch die Wert-

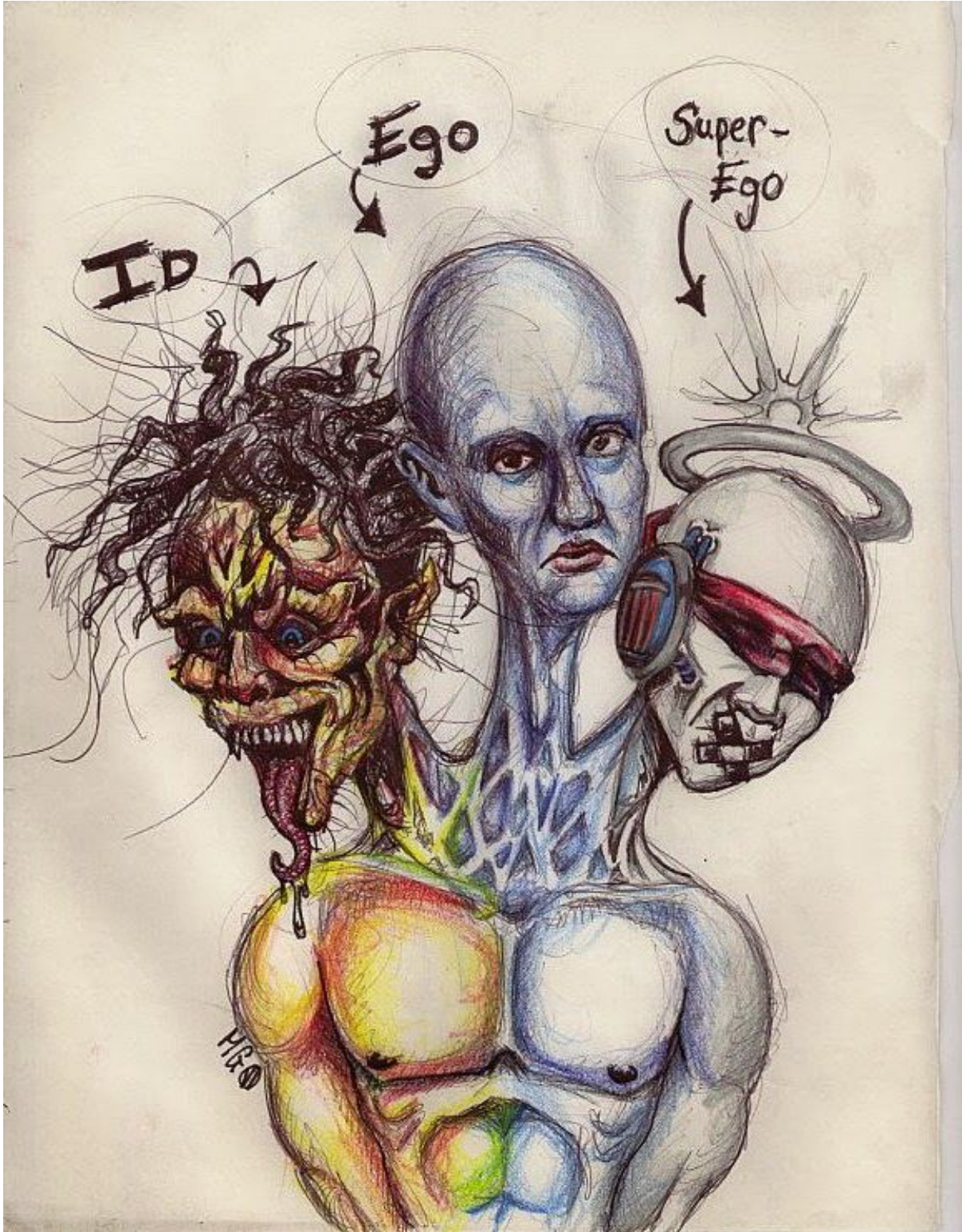
und Moralvorstellungen der Eltern geprägt, wirkt durch die Angst vor Bestrafung durch Liebesentzug, resultiert aus der Überwindung des Ödipus- oder Elektrakonfliktes und bildet den inneren Nachfolger der Elterninstanz (vgl. ebd.). Das Über-Ich ist eine Konsequenz einer notwendigen Introjektion eines Aussen, besonders aber der Autoritäten dieser Aussenwelt. Auch diese Instanz ist – ohne bewusstseinsweiternden psychoanalytischen Zusatzaufwand – mehrheitlich unbewusst, sind doch die wichtigsten Prägungen in der frühen Kindheit geschehen (vgl. Freud 1933: 76). Des Weiteren rekurren die Verbote oft selbst auf etwas Verdrängtes, womit das Verbotende ebenso verdrängt sein muss, um den Inhalt nicht preiszugeben. *Das Über-Ich macht den Menschen durch Triebhemmung gesellschaftsfähig und ist solcherart als masochistisch-kulturstiftende Wendung des Trieblebens gegen sich selbst zu verstehen (vgl. ebd.: 80).* Teile des Todestriebes werden dafür nach innen gerichtet, ebendort fixiert und entfalten eine selbstzerstörende Wirkung (vgl. Helle 2019: 16). Das Über-Ich repräsentiert aber nicht einzig die Verbote und Aggression der Eltern, sondern natürlich auch deren Liebe und Zuneigung. Lebt der Mensch in Einklang mit seinem Über-Ich – und diese Instanz „sieht alles“, da sie Teil der psychischen Innenwelt ist – fühlt er sich von seiner introjizierten Elterninstanz angenommen und geliebt. Dies manifestiert sich meist in einem diffusen Gefühl des Mit-sich-im-Reinen-Seins. Ausserdem verleiht das Über-Ich – auch wenn dies kontraintuitiv klingen mag – dem Menschen Freiheit und unterscheidet ihn in gewisser Weise auch vom Tier. „Die allgemeinste Freiheit ist sonach gelegen in der Existenz des Über-Ichs, in dieser formalen Über-Ich-Funktion, kraft derer der Mensch sich über sich selbst stellt und die Welt ausserhalb und jenseits seiner augenblicklichen Wahrnehmung und seiner biologischen Bedürfnisse erfasst.“ (Waelder 1934: 470)

*Das Ich* ist jene Instanz, die zwischen Es, Über-Ich und Aussenwelt vermittelt, um Konflikte bearbeiten und lösen zu können (vgl. McLeod 2004: 65). Das Ich entstand als differenzierter und regulierter Teil des Es im Kontext der Umgebung und verfestigte sich aus der Erkenntnis der eigenen Verschiedenheit von der Umwelt, dem Bewusstwerden eigener Körpergrenzen und durch die konstante Vermittlung zwischen den beiden anderen Instanzen (vgl. Kuhlmann 2013: 174). Das Ich wird vom *Realitätsprinzip* beherrscht (vgl. Freud 1917a: 192). Zum Ich gehören die bewussten, rationalen Anteile der Psyche (vgl. McLeod 2004: 65). Es entspricht dem Konzept des Selbstbewusstseins und ist sich folglich seiner selbst weitgehend bewusst (vgl. ebd.). Bewusstes Wahrnehmen und Denken sowie das eigene Selbstbild gehören hierhin. Trotzdem sind nicht alle Prozesse des Ichs von bewusster Natur, denn das Ich ist sich beispielsweise nicht kontinuierlich der Tatsache bewusst, dass es konstant zwischen Es, Über-Ich und Umwelt Kompromisse finden muss. Damit der Mensch aber nicht ständig in einem bewusst erlebten Konflikt seines Es mit seinem Über-Ich leben muss, hat das Vorbewusste Abwehrmechanismen entwickelt, um diesen Druck umgehen zu können (vgl. ebd.: 66). Dem Realitätsprinzip des Ichs muss der Kompromiss zwischen dem Lustprinzip des Es

und dem Moralitätsprinzip des Über-Ichs gelingen, damit Triebe gemässigt ausgelebt werden können. Klappt dies nicht, so entstehen psychische Spannungssymptome, Neurosen. Kann die triebhafte Energie des Es im Rahmen des genannten Kompromisses jedoch optimal transformiert werden, so können sogar künstlerische oder wissenschaftliche Höchstleistungen glücken. Dieser Prozess wird dann als Sublimierung bezeichnet (vgl. Freud 1917a: 185). So sublimiert ein Sozialarbeiter, der sich für die Rechte der Armen einsetzt, vielleicht seine eigene Gier, oder Sherlock Holmes klärt Kriminalfälle, um seine eigenen verbrecherischen Triebe gesellschaftsfähig zu machen (vgl. Hürter, Dezember 2018: o.S.). Ohnehin sind die Vergleiche der Psychoanalyse mit kriminalpolizeilichem Ermitteln, des Psychoanalytikers mit dem Detektiv und der Unterwelt mit dem Unbewussten augenfällig.

Die klassische Psychoanalyse – von nietzscheanischem Denken geprägt – betrachtet die Moral als zentrale Über-Ich-Thematik mit sehr skeptischem Blick. Verdeutlicht werden soll dies in nachfolgendem Exkurs. Freud (1921: 103) erwähnt Friedrich Wilhelm Nietzsche persönlich in seiner Literatur. In der Streitschrift „Zur Genealogie der Moral“ schreibt Letzterer, dass die Mächtigen, die Aristokraten definiert hätten und weiterhin definieren würden, was „gut“ sei (vgl. Nietzsche 1892: 3). Gut ist, was ihnen selbst von Nutzen ist, die Mächtigen setzen sich ihre Regeln und Wertmassstäbe selbst (vgl. ebd.), es findet ebenda eine genuine Selbstbejahung statt (vgl. ebd.: 16). Nietzsche rekurriert auf den etymologischen Ursprung des Begriffs (vgl. ebd.: 6). Gut meint „passend“, „geeignet“, „tauglich“, „wertvoll“, „vornehm“, „edel“, „adelig“ und ist ständischen Ursprungs (vgl. ebd.). Augenfällig ist des Weiteren die sprachliche Verandelung zum Besitz im Sinne von dem Gut und den Gütern (vgl. ebd.: 7). Jenes, was der Aristokratie nicht von Nutzen sei, wird als schlicht beziehungsweise eben schlecht – von nicht edler Herkunft – charakterisiert (vgl. ebd.: 6). Analog dazu würden die Unterprivilegierten die Mächtigen per se als böse ablehnen und sich ihnen als die Guten gegenüberstellen, woraus eine reaktive Definition des Guten aus einer Werteumkehr heraus erfolge (vgl. ebd.: 12 f., 16 f.). Gut und schlecht wird dergestalt invertiert, um sich selbst in Form einer Rache auf- und die Mächtigeren abzuwerten (vgl. ebd.: 12, 16 f., 31). Letztlich ist hier etwas dann moralisch, wenn es bequem ist. Die Aussenwelt hat sich den eigenen Schwächen anzupassen (vgl. ebd.: 28), Moral dient dem Schutz des Schwachen vor der Willkür des Starken. Selbstverantwortung ist unangenehm und damit tendenziell etwas Schlechtes (vgl. ebd.). Nietzsche (1886: 231) benannte diese zwei Archetypen der Moral als Herren- und Sklavenmoral. Diese Dekonstruktion – ganz in psychoanalytischer Manier: *Moral als Reproduktion gesellschaftlicher Machtstrukturen* – zeigt, wie heikel das vermeintlich Selbstverständliche ist, motiviert – auch in der Praxis der Sozialen Arbeit –, jegliche Annahmen über die Wirklichkeit gründlich zu hinterfragen, und offenbart eine generelle Dynamik, die auch eine sehr aktuelle Bedeutung hat, nämlich immer dann, wenn eine moralisch aufgeladene Lebensweise oder ein entsprechendes Anliegen – sei es beispielsweise der Feminismus, der

Veganismus oder der Antifaschismus – zur eigenen sozialen Aufwertung zweckentfremdet wird, mit der eigentlichen Sache – der Verbesserung der gegenwärtigen Wirklichkeit – nicht mehr viel zu tun hat und schliesslich im postmodernen Gutmenschen kulminiert.



**Abbildung 4:** Künstlerische Darstellung des psychischen Apparats nach Freuds zweitem Modell (surreal32 2006: o.S.)

Der Mensch ist dazu getrieben, Lust zu suchen und Unlust zu vermeiden; dabei befindet er sich stets im Spannungsfeld zwischen Triebausübung und Sozialisation; auch wird er von Ängsten und unbewussten Wünschen geplagt (vgl. Nitzschke 2010: 65). Angeborene Instinkte, eine Maximierung der Triebbefriedigung und die Vermeidung unangenehmer Gefühle – also die klassischen Impulse aus dem Es – werden in ihrer Relevanz für die Interpretation menschlichen Verhaltens im Rahmen der klassischen Freud'schen Analyse stets höher gewichtet als Umwelt- und Sozialisationseinflüsse, die vor allem das Über-Ich geprägt haben. Freud bezeichnete sowohl das Über-Ich als auch das Ich und die mit ihnen einhergehenden sozial modifizierten Gefühle und Bedürfnisse als „Triebabkömmlinge des Es“ und verglich das Es metaphorisch mit einem Baumstamm, aus dem ebenjene zwei Instanzen in Form einer Krone herauswachsen (vgl. Freud 1917a: 240).

Die Voraussetzungen des Ichs sind also prekär. Das Ich ist über die psychodynamischen Vorgänge der Innenwelt lediglich kläglich informiert und simultan den Triebregungen des Es, der Zensur des Über-Ichs und den Ansprüchen der Aussenwelt ausgesetzt (vgl. Heise 2019: 16). Nichtsdestotrotz geht es in der psychoanalytischen Arbeit darum, das Ich zu stärken (vgl. ebd.). „Wo Es war, soll Ich werden.“ (Freud 1933: 43) Um die Stellung des Ichs in diesem seelischen Gefüge zu beschreiben, wählte Freud das Bild des *konstitutionellen Monarchen* – gegen aussen ein Herrscher, doch in Wahrheit Sklave seiner vermeintlichen Untertanen (vgl. Freud 1923b: 72). Klappt der Kompromiss zwischen Es und Über-Ich nicht – ist die Moral zu streng und/oder der Triebwunsch zu stark –, ist das Ich überfordert, und der innere Kampf schlägt sich in Träumen und Symptomen nieder.

Auf einer philosophischen Ebene stellte Freud die Autonomie des Ichs und somit auch die des Subjekts infrage (vgl. Heise 2019: 15). Auch erschütterte er den Glauben an die Zuverlässigkeit der Sinnesorgane und deren Wahrnehmung (vgl. Mertens 2000: o.S.). „Unbewusste psychische Einflüsse kodeterminieren unsere Erkenntnis, auch wenn wir sie noch so als rational logisch oder empirisch gut begründet erleben.“ (Ebd.) Aus psychoanalytischer Perspektive stellen sich rational-logische und vermeintlich objektive Begründungen oft als sozial akzeptabel gemachte Rationalisierungen heraus, die in unterschiedlichem Ausmass von Selbsttäuschungen durchzogen sind und dahinter wirkende Begehren verschleiern (vgl. ebd.). Selbst unter idealen Bedingungen sollte hinsichtlich der Insinuation von Rationalität Vorsicht an den Tag gelegt werden (vgl. ebd.). Rationales Handeln stellt unter den gegebenen gesellschaftlichen und kulturellen Voraussetzungen dergestalt eher die Ausnahme als die Regel dar (vgl. ebd.). Im Rahmen tiefenpsychologischer Denktraditionen wird das Ich stets dezentriert gedacht (vgl. Heise 2019: 15). *Die Dezentrierung des Ichs konstituiert überhaupt erst die Psychologie des Unbewussten* (vgl. ebd.). Was aus der Zentralperspektive des Ichs als unsinnig erscheinen mag – wie Träume oder Neurosen –, erlangt Sinnhaftigkeit vor dem Hintergrund des Unbewussten (vgl. ebd.).



## Über die psychosexuelle Entwicklung und die infantile Sexualität

Zu den weiteren Errungenschaften Freuds für die Tiefenpsychologie gehört das Modell der psychosexuellen Entwicklung (vgl. McLeod 2004: 63). Dabei handelt es sich um ein Stufenmodell der verschiedenen Stadien infantiler Sexualität, die mit der Geburt einsetzt, mit der Pubertät endet und mit fortlaufenden Veränderungen der Triebbefriedigungsquellen einhergeht (vgl. ebd.). Dieses widerlegt die kindliche Asexualität und unterteilt den sexuellen Reifeprozess und die Entwicklung der Psyche in fünf chronologisch ablaufende Phasen, die sich im Speziellen entlang libidinös besetzter Körperstellen und -funktionen erstreckt: in concreto *die orale, die anale, die phallische, die latente und die genitale Phase* (vgl. ebd.). Infantile Sexualität meint nicht, dass sich kleine Kinder Geschlechtsverkehr wünschten, sondern dass sie ihren Körper als Quelle von Lust erfahren. Auch in ihnen entstehen Spannungen und Begehren, die sie zu befriedigen versuchen. Idealerweise werden die aus den Entwicklungsstufen hervorgehenden Bedürfnisse des Kindes durch die (Pflege-)Eltern adäquat befriedigt (vgl. ebd.). Geschieht dies nicht, wird das Kind in bestimmter, stufenspezifischer Hinsicht über- oder unterversorgt, so entstehen daraus psychoneurotische Fixierungen auf die entsprechende Stufe, welche die *Liebes-, Arbeits- und Genussfähigkeit* des Menschen im Erwachsenenalter entsprechend beeinträchtigen. Dazu ist zu sagen, dass keine Psyche – so sehr sie auch leiden mag – per se krank oder dysfunktional ist. Ihr Leiden ist immer auch Ausdruck eines Versuchs, unter den entsprechenden Bedingungen lebendig zu bleiben. Die Abfolge der psychosexuellen Entwicklung ist invariant, was bedeutet, dass jeder Mensch die Stufen in derselben Reihenfolge durchläuft, ohne jemals eine überspringen zu können. Zu ihr gehört auch der viel diskutierte, umstrittene und bis in die Populärwissenschaft bekannte Ödipuskonflikt (vgl. Schüle 2016: 116).

Während der oralen Phase, die idealtypisch das erste Lebensjahr umfasst, dienen die Nahrungsaufnahme, das In-den-Mund-Nehmen und die daran beteiligten Organe – primär die Mundschleimhäute – als erogene Zonen der Lustbefriedigung des Säuglings (vgl. Flammer 2009: 81). Das Begehrte wird oral einverleibt, und das einverleibende Geschehen und die damit einhergehende Reizung werden libidinös genossen (vgl. Helle 2019: 17). So wird vor allem auch das Saugen an der Mutterbrust als befriedigend erlebt (vgl. ebd.). Die orale Triebbefriedigung bleibt dem Menschen auch über die Adoleszenz hinaus in Form von libidinösem Lustgewinn bei gutem Essen und Trinken, beim Lutschen, Lecken, Küssen und Beissen, aber auch beim Rauchen und Musizieren erhalten (vgl. Flammer 2009: 81). Die orale Phase umfasst einen passiven, aufnehmenden und einen aktiven, oral-sadistischen Veräusserungsaspekt (vgl. ebd.). Letzterer offenbart sich später mit der Ankunft der Zähne im kindlichen Zubeissen (vgl. ebd.). Des Weiteren wird die aufgenommene Nahrung immer auch aufgespalten und damit zerstört, wodurch Eros auch in der Oralität durch Thanatos komplementiert wird. Auf psychischer Ebene erfährt die physische Inkorporation eine Entsprechung und

Erweiterung durch die Introjektion und Identifikation (vgl. Helle 2019: 17). Während dieser Phase steht das Kind noch unter dem vollen Einfluss des Es (vgl. Flammer 2009: 81). Anna Freud (zit. nach ebd.: 81), die Tochter des Psychoanalyse-Übervaters und ihres Zeichens selbst (Kinder-)Psychoanalytikerin, schrieb 1952 hierzu Folgendes:

Hätte der Säugling, der völlig unter der Herrschaft seines Es handelt, volle Kontrolle über seine Muskelkräfte, wäre er das gefährlichste Individuum, das man sich vorstellen kann. Er wäre eine Art Orang-Utan, der nach rechts und links um sich schlägt und sich nimmt, was er will. Allein die Tatsache, dass dieses gefährliche Individuum sich nicht bewegen, nicht gehen, nicht greifen kann und keine Stärke hat, rettet uns vor ihm. Glücklicherweise entwickelt sich mit der wachsenden körperlichen Stärke auch ein funktionierendes Ich, welches diese Stärke automatisch kontrolliert.

Eine orale Fixierung kann sich im späteren Leben in übermässiger Passivität und Abhängigkeit oder exzessivem Egoismus und bedingungslosem Versorgt-werden-Wollen mit fehlender Frustrationstoleranz und Hang zu Suchtverhalten im *Oralcharakter* manifestieren (vgl. ebd.). Des Weiteren konstituiert diese Phase auch das Fundament des späteren Selbstwertes, indem der Säugling über das Erkunden der als lustvoll erlebten Körperlichkeit vom Autoerotismus zu einer ersten Frühform des Narzissmus gelangt. Das bedeutet, dass eine orale Fixierung immer auch zu einer verminderten Selbstachtung und beschränktem Selbstvertrauen führen kann.

Auf die orale Phase folgt die anale, während derer dem Kleinkind Lustgewinn qua Nahrungsausscheidung und Zurückhalten des Stuhls möglich wird (vgl. Flammer 2009: 81). Epizentrum der Lust ist die Stimulation, die Reizaufladung der Afterregion (vgl. ebd.). Ebendiese Phase überdauert das zweite und dritte Lebensjahr (vgl. ebd.). War der Säugling während der oralen Phase noch weitestgehend dem Es unterworfen, wird das Kleinkind nun mit den ersten Anforderungen der Umwelt konfrontiert (vgl. ebd.). Die Defäkation – und auch das Urinieren – sollen aufgeschoben, der Selbstkontrolle unterstellt werden und reinlich sowie auf Kommando vonstattengehen (vgl. ebd.). Dergestalt wird der Ausscheidungsprozess zum Konfliktgeschehen und das Ausgeschiedene zum überreichten oder aber verwehrteten Geschenk (vgl. ebd. 81 f.). Somit umfasst auch die anale Phase einen passiven und einen aktiven Veräusserungsaspekt (vgl. ebd.: 82). Entwicklungspsychologisch dreht sich die anale Phase um die Reinlichkeitserziehung (vgl. Helle 2019: 18). Diese stellt dem Triebleben einen ersten Triebverzichtanspruch von aussen gegenüber, der als Introjekt zu einem Teil des entstehenden Über-Ichs werden soll. Im Zurückhalten des Kotes kann das Kleinkind einen ersten Ausdruck von Trotz und Rebellion an den Tag legen (vgl. ebd.). Die Sauberkeitserziehung und das Erlernen der Ausscheidungskontrolle stehen auf einer Metaebene auch stellvertretend für den

allgemeinen Umgang des Umfeldes mit dem, was sich im Innern des Kleinkindes befindet, so also auch die eigenen Affekte, das Triebleben, die Lüste und Begehren, aber auch Aggressionen und Wut. Auch geht es in der analen Phase um Besitz, Geben und Nehmen, Dominanz und Subordination (vgl. ebd.). In dieser Phase nehmen sadistische Tendenzen meist ihren Ursprung, vermischen sich hier doch zum ersten Mal libidinöse und destruktive Bedürfnisse (vgl. ebd.). Einen sprachlichen Niederschlag findet der anale Sadismus in einer späteren Fäkalsprache (vgl. ebd.). Die erste Konfrontation mit den Ansprüchen der Aussenwelt führt parallel dazu auch zu einer ersten Differenzierung zwischen einem Ich und einem Du (vgl. ebd.). Das Kind erlebt sich infolgedessen als eigenes Individuum und nicht mehr primär als Mutter-Kind-Entität. Verfehlt das Umfeld das Anweisen und Vorleben eines konstruktiven Umgangs mit den eigenen Ausscheidungen, ist die elterliche Strenge zu stark oder zu lasch, kommt es auch hier zu einer Fixierung der Libidoentwicklung (vgl. Flammer 2009: 82). Eben-diese kann sich im Erwachsenenleben im *Analcharakter* manifestieren (vgl. ebd.). Dieser zeichnet sich durch Zwanghaftigkeit, Perfektionismus, Pedanterie, Detailversessenheit, Geiz und Starrsinn aus (vgl. ebd.). Oder aber er äussert sich – auf der Rückseite der Medaille – in Verschwendungssucht, Fahrlässigkeit, Unordnung, Chaos und Unzuverlässigkeit.

Die anale Phase wird durch die phallische beziehungsweise infantil-genitale abgelöst, während derer die infantile Libido im Alter von drei bis sechs Jahren erstmalig genitalisiert und im Konnex des familiären Umfeldes nach aussen gerichtet wird (vgl. Flammer 2009: 82). Triebbefriedigung erlangt das Vorschulkind nun aus dem konkreten Spiel mit den Genitalien und dem Spritzen beim Urinieren (vgl. ebd.). Gemäss Freud handelt es sich um die bedeutungsschwerste Phase der psychosexuellen Entwicklung (vgl. McLeod 2004: 63). Zeitgleich erlangt die infantile Sexualität in ihr ihren vorläufigen Höhepunkt (vgl. Helle 2019: 19). Charakteristisch für ebendiese sind Voyeurismus, Exhibitionismus und körperliche Selbstexploration (vgl. ebd.). Kulminationspunkt dieser Organisationsstufe der Libido ist der weitestgehend im Unbewussten vonstattengehende *Ödipus- beziehungsweise Elektrakonflikt* (vgl. ebd.). Ersterer ist aus der Sicht des Jungen gedacht, Letzterer aus jener des Mädchens. Entwicklungspsychologisch dreht sich diese Phase um das Erlangen der Geschlechtsidentität (vgl. ebd.). Der Junge richtet sein Begehren auf seinen gegengeschlechtlichen Elter und verliebt sich in seine Mutter beziehungsweise in seine wichtigste weibliche Bezugsperson und rivalisiert mit dem Vater oder dessen Substitut um die Gunst des Desiderates (vgl. Flammer 2009: 82). Im Falle einer Heterosexualität bleibt die Geschlechtspräferenz beim Geschlecht der frühesten Bindungsperson, der Mutter. Beim Mädchen verhält es sich analog dazu spiegelverkehrt (vgl. ebd.) und ohne Zusammenfallen von erster Bindungsperson und Liebesobjekt. Gemäss Freud (1905: 44) ist das Kind polymorph-pervers veranlagt. Polymorph meint vielgestaltig, will heissen, dass alle möglichen Körperbereiche lustbesetzt sein können und pervers – im wertungsfreien Sinne (vgl. ebd.: 20) – will sagen, dass die infantilen Lüste im Erwachsenenalter das

Potenzial zu Perversionen haben, wenn sie mit einer Fixierung und Ausschliesslichkeit einhergehen (vgl. ebd. 16, 20). Auch neigt das prä-ödipale Kind im Vergleich zu erwachsenen Menschen verstärkt zur Paraphilie, da sein Über-Ich – und damit Scham, Ekel, Schuld, Gewissen und Moral – erst im Werden ist (vgl. ebd.: 44). Im Kern waren wir also – psychoanalytisch verstanden und den letzten Gedanken weiterspinnend – alle einmal koprophil, urophil, voyeuristisch, exhibitionistisch und sadomasochistisch; und manche sind es geblieben oder wieder geworden. Gemäss Freud (ebd.: 16, 20) sind paraphile Erwachsene auf eine bestimmte Stufe der infantilen Sexualität fixiert und in ihrer Sexualentwicklung gehemmt worden. Freud (ebd.: 24) bezeichnete die Neurose als Negativ der Perversion, die aus der Verdrängung Letzterer hervorgegangen ist. Im Lichte dieser Veranlagungen ist die Bisexualität als natürliche Grundvoraussetzung der menschlichen Sexualität wirklichkeitsnäher als jede Heteronormativität (vgl. ebd.: 7). Die spätere sexuelle Identität und Orientierung ergeben sich in diesem Denkmodell aus dem Zusammenspiel der Identifikation mit einer Geschlechterrolle und der Fixierung des Begehrens auf ein Geschlecht oder eben auf beide. Im Ödipus- und Elektrakonflikt vermischen sich Liebe, Hass, Angst, Enttäuschung und Schuld (vgl. Helle 2019: 19). Zeitgleich werden in familiendynamischer Hinsicht Generationengrenzen verhandelt und Hierarchiepositionen ausgehandelt (vgl. ebd.). Der um die Gunst der Mutter rivalisierende Sohn sieht sich im Vater einem übermächtigen Kontrahenten gegenüber, dem er noch nicht das Wasser reichen kann und dessen Liebesverlust er fürchtet (vgl. ebd.: 19 f.). Infolgedessen ordnet er sich ihm unter und beginnt, sich mit ihm und seinen Werten zu identifizieren (vgl. ebd.: 20), hierbei findet eine symbolische Form der *Identifikation mit dem Aggressor* statt, der Feind wird zum Vorbild. Er gibt also die libidinöse Besetzung der Mutter auf und ersetzt sie durch eine Identifikation mit dem Vater (vgl. ebd.), um später so gut und mächtig zu werden wie er – oder, in Form eines sublimierten Vaternordes, gar besser und mächtiger als er – und eine ebenso begehrenswerte oder gar „bessere“ Frau zu bekommen. Der Ödipuskonflikt beim werdenden Mann und der Elektrakonflikt bei der werdenden Frau konstituieren auch jenen Moment, in dem sich die Kultur im Individuum manifestiert. Diese Introjektion geschieht qua Identifikation mit dem gleichgeschlechtlichen Elternteil, woraus die Grundlage des späteren Über-Ichs eingerichtet wird (vgl. ebd.). Ohne Ödipus- oder Elektrakonflikt gäbe es demnach kein Über-Ich. Die aus dieser Introjektion quellenden Moralvorstellungen verhindern dann auch die Wiederkehr der ödipalen Situation und begründen den psychodynamischen Anteil des Inzestgebotes (vgl. ebd.). Qua Genese eines Über-Ichs ist nun auch das Fundament für ein autonomes Ich gelegt, das sich zunehmend als eigenständige Entität erfährt (vgl. ebd.). Dies ist auch die Geburtsstunde der Abwehrmechanismen, die von nun an probieren, die Impulse des Es zu sozialisieren (vgl. ebd.). Sie gehören zum Immunsystem der Psyche, bilden einen Grundbaustein psychischen Funktionierens und sind weit mehr als eine psychopathologische Erscheinung. Eine Fixierung auf diese Stufe lässt aus dem Ödipuskonflikt einen

Ödipuskomplex beziehungsweise aus dem Elektrakonflikt einen Elektrakomplex entstehen. Dies führt zur Ausbildung eines *phallischen Charakters*, der seinen Niederschlag in Machtstreben, Erfolgsbesessenheit, Rücksichtslosigkeit und Streitsüchtigkeit (vgl. Flammer 2009: 82) sowie im Machismus (Überidentifikation mit dem Männlichen bei oft zeitgleicher Idealisierung der eigenen Mutter trotz Ablehnung des Weiblichen; auf dem Gegenpol auch als Hyperfemininität denkbar), in der Hysterie, im Unbehagen mit der eigenen Geschlechtsidentität und im Mutter- beziehungsweise Vaterkomplex, der sich im Muttersöhnchen oder Vätertöchterchen manifestiert, findet. Auch bleibt das ödipale Begehren als unbewusste Schablone erhalten und beeinflusst später beispielsweise das sexuelle Attraktivitätsempfinden und die Partnerwahl. Dies kann sich darin äussern, dass der Mann unbewusst eine Frau sucht, die äusserlich und/oder charakterlich so ist, wie es seine Mutter war – oder aber ihr Gegenteil (vgl. McLeod 2004: 64). Letzteres primär dann, wenn die Beziehung zur Mutter als unbefriedigend empfunden wurde. Therapeutisch muss die infantil fixierte Libido abgezogen werden, um die Neurose auflösen zu können. Die infantile Sexualität muss psychoanalytisch durchgearbeitet werden, um zum finalen Punkt, zum Ödipus- oder Elektrakonflikt, zu kommen und über ebendiesen hinauszuwachsen und dergestalt zur eigenen Lust zu kommen statt zum Anspruch, zum Lieben- und Begehren-Wollen, statt zum Geliebt- und Begehrt-werden-Wollen. Um dies bewerkstelligen zu können, muss das ödipale Ausgeschlossen-Sein aus der partnerschaftlich-sexuellen Mutter-Vater-Beziehung im finalen Sinn emotional, intellektuell und körperlich in Form von Trauer über die nicht in Erfüllung gegangenen Wünsche durchgearbeitet und final gutgeheissen werden (vgl. Mertens 2014: 657). Dazu gehört – bei allen Parteien des ödipalen Dreiecks – die Anerkennung von Generationengrenzen, das Anerkennen der Exklusivität der elterlichen Sexualbeziehung und die Anerkennung von Hass – der als psychischer Schatten immer auch mit der Liebe einhergeht – sowie daraus hervorgehender Schuld (vgl. ebd.). Anzumerken ist hierbei, dass der Ödipus- oder Elektrakonflikt immer psychologisch und nie biologisch gedacht werden muss. Das Begehren kann sich immer auch auf Pflege- oder Adoptiveltern oder ähnliche Mutter- und Vatersubstitute beziehen. Der Transparenz halber ist auch zu konstatieren, dass sowohl der Ödipus- als auch der Elektrakonflikt umstrittene und empirisch schwierig zu belegende Konstrukte sind (vgl. Flammer 2009: 83).

Das quasi-traumatische Erleben des Ödipus- oder Elektrakonfliktes erschafft schliesslich den psychischen Raum für die Latenzphase, die sich bis zum Eintritt in die Pubertät mit etwa zwölf Jahren erstreckt (vgl. ebd.). Während ebendieser lernt das Kind, sowohl Triebregungen zu verdrängen und zu sublimieren als auch Triebbefriedigung aufzuschieben (vgl. Helle 2019: 21). Die sublimierte Triebenergie wird in den Aufbau sozialer Beziehungen und in die Aneignung intellektueller Kompetenzen investiert (vgl. ebd.). Scham, Ekel, Schuld, Gewissen und Moral manifestieren sich als triebhemmende Faktoren (vgl. Freud 1905: 34 f.).

Mit dem Einsetzen der Geschlechtsreife wird die letzte Stufe der psychosexuellen Entwicklung initialisiert (vgl. Helle 2019: 22). Die Sexualität wird nun genital zentriert, genitalisiert, wodurch die verschiedenen erogenen Zonen ein Zentrum finden. Triebbefriedigung findet primär – zuerst masturbatorisch, dann koital – über die Genitalien statt, das Begehren findet schliesslich im Geschlechtsverkehr sein Ziel, wenngleich die vorherigen Lustquellen subordinär – zum Beispiel in Form von Küssen, Beschauen, Interesse an Körperöffnungen, Eindringen und Hingabe – als Vorluste bestehen bleiben (vgl. Flammer 2009: 83). Die Partialtriebe konfluieren und konstituieren dergestalt den exogamen Sexualtrieb (vgl. Helle 2019: 22). Während das Begehren auf der früheren Organisationsstufe der Libido selbstbezogen beziehungsweise quasi-inzestuös gewesen ist, wird ebendieses jetzt nach aussen gerichtet (vgl. ebd.). „Sexualität tritt nun in den Dienst der zwischenmenschlichen Partnerschaft.“ (Ebd.) Die Libidobesetzung hat vom Autoerotismus via Narzissmus zur Objektwahl gefunden und ist so vom Mittel zum Zweck zu einer Form von sozialer Kommunikation und Interaktion über sich hinausgewachsen und hat zur Fortpflanzungsmöglichkeit gefunden. Dabei kommt es zu einem Wiederaufleben des Ödipus- oder Elektrakonfliktes, der schliesslich – psychodynamisch verstanden – in einer erwachsenen Objektwahl und im Ablöseprozess vom Elternhaus gipfeln soll. Anzumerken ist hier, dass die Objekte nach Freud das Variabelste am Trieb darstellen (vgl. ebd.: 14). Sie werden primär deshalb gewählt, weil sie eine Befriedigung ermöglichen (vgl. ebd.).

### **2.3 Psychodynamik**

„Psychodynamik wird als Lehre vom Wirken innerseelischer Kräfte begriffen, die die Einflüsse der Umwelt auf die emotionale Befindlichkeit und das (soziale) Verhalten des Menschen gemäss den physikalischen Gesetzen der Dynamik beschreibt.“ (Seel/Hanke 2015: 632) Dynamisch bedeutet in diesem Sinnzusammenhang, „dass im Unbewussten was los ist“ (Preis, Oktober 2019: o.S.).

Psychodynamik ist ein konstitutives Element der Psychoanalyse, ist jedoch nicht mit ihr gleichzusetzen, da Psychoanalyse mehr umfasst als lediglich die Psychodynamik. Der psychodynamische Ansatz inkludiert alle nicht statischen Theorien tiefenpsychologischer Couleur zur Erklärung, Veranschaulichung und Deutung seelischer Prozesse. Der theoretische Hintergrund des psychodynamischen Ansatzes lehnt an die Psychoanalyse an, so dass deren Grundannahmen übernommen werden können; jedoch gibt es im jeweils konkreten psychodynamischen Setting – je nach tiefenpsychologischer Ausrichtung – manchmal kleinere bis grössere Modifikationen (vgl. Reimer/Rüger 2012: 4). Dem psychodynamischen Ansatz ist sui generis eigen, dass seine Anhängerinnen und Anhänger das Buch gerne ab der ersten Seite lesen.

### 3. Aspekte der Psychoanalyse in der Sozialen Arbeit

Der Zürcher Psychiatrieprofessor Heinz Stefan Herzka zählte die Psychotherapie zu den *bedeutendsten Errungenschaften* des letzten Jahrhunderts (vgl. Rohner 2002: o.S.). Psychotherapie basiere auf der Entdeckung der *Heilkraft zwischenmenschlicher Beziehungen* und stehe im Dienst der *Lebensqualität* (vgl. ebd.). Meines Erachtens ist kaum ein sozialer Konflikt ohne psychoanalytisches Wissen verstehbar. Dergestalt ist es naheliegend, die Psychoanalyse auch in die Soziale Arbeit zu transferieren. Dies wurde bereits getan. So lassen sich im Werkzeugkasten der Methoden professioneller Sozialer Arbeit diverse Konzepte psychoanalytischen Ursprungs finden. Da gibt es zum Beispiel das Konzept von Übertragung und Gegenübertragung, das Modell des inneren Teams von Friedemann Schulz von Thun, das Johari-Fenster und vieles mehr. Auf den ersten Blick scheint die psychosoziale und prozessuale Beratung das einzige Berufsfeld der Sozialen Arbeit zu sein, in dem die Anwendung psychoanalytischer und psychodynamischer Methoden Sinn ergibt. Die psychoanalytische Tradition beeinflusst(e) jedoch auch die Kindererziehung, die Pädagogik, die Familienbegleitung, die Arbeit mit Gruppen, die Sozialpsychiatrie und die Massenpsychologie. Letztere hat in ihrer Relevanz gar eine (global-)politische Bedeutung.

Ich gehe an dieser Stelle davon aus, dass die Soziale Arbeit als Disziplin und Profession eine ehrliche Verbesserung der sozialen Wohlfahrt der Menschen einer Gesellschaft und insbesondere ihrer Schwächsten im Sinn hat – und dies jenseits einer sklavenmoralischen Selbstaufwertung, gutmenschenhaften Egopolitur oder aber einer Minderung unbewusster Schuldgefühle. Jedenfalls sollte das gemäss meinem professionsbezogenen Ich-Ideal so sein. „Die Stärke des Volkes [...] misst (sich) am Wohl der Schwachen.“ (Präambel BV) Je geringer sich also das Leid und je grösser sich das Glück der Menschen innerhalb einer Kultur quantifiziert, desto obsoleter sind Professionen, die sich der Verminderung ebendieses Leids verschrieben haben. Da stellt sich die Frage, ob der Mensch per se in der Lage ist, permanent glücklich zu sein. „Man möchte sagen, die Absicht, dass der Mensch ‚glücklich‘ sei, ist im Plan der ‚Schöpfung‘ nicht enthalten.“ (Freud 1930: 24) Aus der Perspektive unserer Vorfahren leben wir hinsichtlich individueller Lebensqualität, Entscheidungsfreiheit, sozialer Sicherheit, medizinischer Versorgung, ökonomischer Grundsicherung und Nahrungsmittelangebots im postmodernen Okzident wohl in paradiesischen Zuständen (vgl. Kohlross, August 2019: o.S.). Die äusseren Voraussetzungen des Glücks – beziehungsweise der gängigen Glücksvorstellungen – scheinen erstmals in der Menschheitsgeschichte gegeben (vgl. ebd.). Dennoch leben sehr viele Menschen gerade kein vom Glück gezeichnetes Leben (vgl. ebd.). Die inneren Konditionen des Glücks scheinen sich nicht an die äusseren zu assimilieren (vgl. ebd.). Eine Verbesserung der psychischen Gesundheit durch mehr Sicherheit, mehr Handel und mehr Wohlfahrt bleibt dergestalt fragwürdig (vgl. ebd.). Freud (1923b: 62) vermutete hinter dieser Dynamik die

„negative therapeutische Reaktion“. Trotz Verbesserung der Lebensumstände fühlen sich die Menschen dennoch nicht glücklicher (vgl. ebd.). Ein Teil der Psyche widersetzt sich und verhindert eine Verbesserung des Wohlbefindens (vgl. ebd.). „Man kommt endlich zur Einsicht, dass es sich um einen sozusagen ‚moralischen‘ Faktor handelt, um ein Schuldgefühl, welches im Kranksein seine Befriedigung findet und auf die Strafe des Leidens nicht verzichten will.“ (Ebd.: 63) Oder aber die Analysandin, der Analysand bestraft sich unbewusst dafür, dass sie oder er in der Therapie noch immer nicht die ganze Wahrheit preisgegeben hat. Es stellt sich auch die Frage, ob das Glücksgefühl – oder psychoanalytisch ehrlicher: die Befriedigung – sich oft darum nicht einstellt, weil die Analysandinnen und Analysanden nicht vom abstrakten Verstehen zum konkreten Erleben gelangen. Dergestalt blieben sie im Widerstand und Wiederholungszwang – den Antagonisten der Veränderung, die in jedem Menschen wohnen, um aus Angst Kontinuität und Stabilität zu wahren, Sicherheit zu gewinnen und Verantwortung für das eigene Begehren zu umgehen – und damit letztlich in der Psychoanalyse verhaftet und träten nicht ins eigentliche Leben hinaus. Das Unbewusste wäre hier die unverstandene, unbewältigte Geschichte, die deshalb eine schmerzhaft Präsenz hat und somit unerlöst bleibt. Bewältigen bedeutete ebenda nicht, historische Fakten in Zusammenhang zu bringen, sondern in einen lebendigen, fühlenden Kontakt mit seiner Geschichte zu kommen und sie sich darüber überhaupt erst anzueignen und zu einem Stück der eigenen Identität zu machen, damit sie nicht zum Fluch der Gegenwart wird und zur Wiederholung verdammt ist. Triebtheoretisch argumentiert, basieren Glück und Befriedigung nämlich primär auf einem adäquaten Umgang mit aggressiver und sexueller Lust. Bleiben deren Befriedigungen aus oder richten sich die Primärtriebe gegen das Individuum selbst, kann sich auch kein genuines Glücksgefühl einstellen. So fällt es eben auch schwer, sich einen depressiven und angstneurotischen jagenden Tiger vorzustellen. „Unsere Kultur ist ganz allgemein auf der Unterdrückung von Trieben aufgebaut.“ (Freud 1908: 113) Und Triebverzicht führt zu Neurosen. So liegt es auch hier an der Sozialen Arbeit, an gesellschaftlichen Rahmenbedingungen mitzuwirken, die dem Menschen biopsychosozial ein erfülltes Leben und ein würdiges Dasein überhaupt erst möglich machen. Die sexuelle Revolution, die Emanzipationsbestrebungen und das wachsende Bewusstsein für Bewegung gehen meines Erachtens – mindestens äusserlich – in die richtige Richtung. „Die individuelle Freiheit ist kein Kulturgut. Sie war am grössten vor jeder Kultur, allerdings damals meist ohne Wert, weil das Individuum kaum imstande war, sie zu verteidigen.“ (Freud 1930: 56) Es liesse sich konstatieren, dass die Neurose – oder ganz allgemein das psychische Leiden – der Preis für die Sicherheit ist, die uns die Kultur, der Staat und die institutionalisierte Gesellschaft gewähren. Nach Freud (1926: 93) quellt die Angst ätiologisch aus der Hilflosigkeit, dem Ausgeliefertsein des Menschen als Säugling. Im Grunde wehren die kleinen Ängste des Alltags die grosse Urangst vor dem Alleinsein, der Einsamkeit und der Ohnmacht ab. Dieser Erklärungsansatz vermag auch zu deuten,



warum Angststörungen zunehmen, obwohl die realen Gefahren abnehmen. Die verbreiteten Ängste sind eine Vorwegnahme des drohenden Verlassen-Werdens und der damit einhergehenden Einsamkeit, resultierend aus einer hyperindividualisierten Gesellschaft, die sich über die Atomisierung ihrer einzelnen Individuen manifestiert. Die Menschen entfremden sich. Zudem wird auch hier wieder klar, dass das Individuum nie losgelöst von seiner soziokulturellen Lebenswelt betrachtet werden kann. „Anstatt erst das Individuum aus den gesellschaftlichen Prozessen herauszuschneiden, um dann deren formenden Einfluss zu beschreiben, hätte eine analytische Sozialpsychologie in den innersten Mechanismen des Einzelnen bestimmende gesellschaftliche Kräfte aufzudecken. [...] Meist werden durch äussere Beeinflussung nur Tendenzen, die im Individuum bereits präformiert sind, verstärkt und zum Vorschein gebracht.“ (Adorno 1962: 125)

Die Einsicht in die Bedeutsamkeit der frühkindlichen Entwicklung für die innere Struktur eines Menschen hat psychiatrisch, psychologisch und pädagogisch erste Früchte getragen (vgl. Bürgin 2006: 77). Es wird aber wohl noch sehr lange dauern, bis die gesellschaftlichen Strukturen den menschlichen Bedürfnissen, der Menschlichkeit effektiv gerecht werden (vgl. ebd.). Und so werden das psychoanalytische Verstehen und die psychoanalytisch fundierte Beziehungsarbeit zur wichtigen Grundlage pädagogischen und sozialarbeiterischen Könnens, um Lebenswelten, Beziehungskonstellationen, soziale Interaktionen, eigene Vorannahmen und blinde Flecken besser durchleuchten zu können (vgl. Günther/Heilmann/Kerschgens 2022: 13). Durch die *besondere Verbindung von Psychoanalyse und Sozialer Arbeit* können auch Menschen erreicht werden, die sonst durch das Raster der klassischen Psychotherapie, Sozialarbeit und Sozialpädagogik fallen würden.

## **Psychosoziale Beratung**

Nach psychoanalytischer und psychodynamischer Denktradition wird das menschliche Verhalten als mehrheitlich von unbewussten Kräften kontrolliert verstanden (vgl. McLeod 2004: 65). Aufgrund dessen suchen psychodynamische Beraterinnen und Berater nach Wegen, um hinter die Fassade der Äusserungen ihrer Klientinnen und Klienten zu gelangen, weil sie davon ausgehen, „dass das, was [...] [sie oder er] zunächst von sich erzählt, nur der Anfang der Geschichte ist und der interessanteste Teil wahrscheinlich noch fehlt“ (ebd.).

Auch wenn in der psychodynamischen Beratung primär aus Zeitgründen auf die freie Assoziation (vgl. Schnoor 2011: 29), Traumdeutung und hochfrequentierte Treffen verzichtet werden muss, so können trotzdem therapeutische Techniken aus der Psychoanalyse – wie die Untersuchung und Bearbeitung von Abwehrmechanismen des Vorbewussten – Verwendung finden. In der Beratung wird – im Gegensatz zur Psychotherapie – auf die gesunden Anteile der Klientel fokussiert (vgl. ebd.: 32). Die Beratungsarbeit verläuft dabei „bewusstseinsnah beziehungsweise dicht an der vorbereiteten Oberfläche“ (ebd.). „Soweit Beratungen nicht im

Kontext krankenkassenfinanzierter Behandlungen angesiedelt sind, wird [die oder] der Ratsuchende nicht als ein krankes Individuum, sondern als eine Person angesehen, die Unterstützung bei der Bewältigung einer konkreten Problemlage bedarf.“ (Ebd.: 22) Das Ziel einer psychodynamischen Beratung ist die Mobilisierung vorhandener Kräfte, um Probleme und Hindernisse angehen zu können (vgl. ebd.). Es geht dabei nicht – wie bei einer tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie – um eine Umstrukturierung der Persönlichkeit (vgl. ebd.). Daher zielt psychodynamische Beratung auf (ressourcenorientierte) Problemlösung und nicht auf Heilung (vgl. ebd.). Das zentrale Element einer derartigen Beratung ist die eigene Lebensrealität, weshalb diese Beratungsform unausweichlich selbstreflexiv ist (vgl. ebd.). Durch diese „Modifikationen“ lässt sich das psychoanalytische Setting in die Soziale Arbeit integrieren und auf Beratung jenseits von Therapie und Freud'scher Analyse übertragen – komödiantisch in Abbildung 5 auf Seite 38 dargestellt. Durch die niedrigere Terminfrequenz und die kürzere Dauer wird der psychodynamische Ansatz hier auch eher den Anforderungen der Sozialen Arbeit gerecht. Psychodynamische Beratung kommt vor allem bei akuten Krisen, schwierigen Entscheidungsprozessen, aktuellen Problemlagen und Anpassungsstörungen zum Einsatz (vgl. ebd.: 23).

Ein spezifisches psychoanalytisches Konzept, das in der Beratung der Sozialen Arbeit ganz konkret Verwendung finden kann, ist das Wissen um die Interaktionsdynamik von Übertragungen und Gegenübertragungen (vgl. Oevermann 2009: 130). Bei einer Übertragung handelt es sich immer um eine Als-ob-Wahrnehmung, in der das Gegenüber so wahrgenommen wird, *als ob* es eine konfliktbehaftete andere, aus der Vergangenheit bekannte Person wäre, die es natürlich nicht ist (vgl. ebd.: 122 ff.). Vergangene Konflikte und Ängste reaktivieren und vergegenwärtigen sich auf diese Weise in der therapeutischen oder beraterischen Beziehung und im privaten oder anderweitig beruflichen Alltag (vgl. ebd.: 126). Die Psychoanalyse beruht zu wesentlichen Teilen auf der therapeutischen Nutzbarmachung dieses Phänomens, in deren Rahmen die Übertragung als reinszenierte Beziehung verstanden wird (vgl. ebd.: 123). Die Gegenübertragung benennt die Übertragungsantwort der Therapeutin, des Therapeuten auf die Lebensäußerungen der Analysandin, des Analysanden im therapeutischen Setting (vgl. ebd.: 122 f.). In dieser Beziehungsdynamik zeigt sich die Relevanz der Persönlichkeit der Analytikerin, des Analytikers als zentrales Arbeitsinstrument. Genau wie in der Sozialen Arbeit sind die Professionellen der Psychoanalyse als ganze Person in den Prozess involviert. Daraus begründet sich auch die hohe Gewichtung von Selbsterfahrung, Lehranalyse und Supervision (vgl. ebd.: 123). In jeder neuen Beziehung werden alte Beziehungsmuster reaktiviert und in die Gegenwart umgeschrieben. Jeder Mensch geht mit einem Erfahrungsschatz an introjizierten Beziehungen durchs Leben, und niemand kann in eine neue Beziehung treten, ohne dass frühere mitschwingen. *Und letztlich ist Bindung auch der seelische Stoff, aus dem die Psyche gemacht ist.* Psychische Erkrankungen sind dergestalt als verinnerlichte und

verfestigte Beziehungsstörungen zu verstehen. *Das, was in einem selbst leidvoll ist, war einmal in Beziehung mit jemand anderem leidvoll.* Derartige Beziehungsanteile, die das gegenwärtige Beziehungserleben überlagern, unbemerkt verzerren und im Alltag unbewusst beeinflussen, können eben gerade im analytischen Setting erkannt und verändert werden. So schreibt Dieter Bürgin (2006: 78), Kinder- und Jugendpsychiater, Psychoanalytiker und damaliger Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Psychoanalyse:

Erst die Übertragung liefert im Labor der analytischen Situation ein Verständnis, mit dem wir verstehen können, was auf verschiedenen Ebenen zwischen zwei Menschen wirklich passiert. Wie in der Chemie: Wir benutzen täglich Bleistift und Papier – aber die chemische Zusammensetzung des Bleistifts und des Papiers können wir nur im Labor erforschen. Das psychoanalytische Setting ist dieses Labor: Hier kann man Phänomene verstehen, die im Alltag andauernd ablaufen. Denn dieses Setting bewirkt eine Aktivierung von früheren Beziehungsmustern und Emotionen, die man in sich trägt und täglich lebt, ohne sie gewahr zu werden. Und diese Aktivierung nennen wir die Übertragung.

Genau deswegen ist es mir ein Anliegen, der Leserin und dem Leser bewusst zu machen, wie unglaublich wichtig psychoanalytisches Wissen ist, um den Menschen adäquat verstehen zu können. Meines Erachtens ermöglicht erst die Tiefenpsychologie ein Verständnis von Psycho- und Beziehungsdynamik, das bewusstseinspsychologische Selbst- und Fremdtäuschung, Illusion und Heuchelei genuin zu überwinden vermag. Und die Schaffung dieses Bewusstseins ist das Ziel der vorliegenden Arbeit. Entsprechende Entwürfe und Ansätze, wie psychoanalytische Konzepte im Arbeitsalltag einer analytisch orientierten Sozialarbeit und Sozialpädagogik angewandt werden können, existieren zur Genüge. Aufgrund dessen werden sie hier zwar fortlaufend benannt, jedoch nicht in aller Ausführlichkeit thematisiert. Ich empfehle auch in aller Konsequenz und Deutlichkeit, die Disziplin der Sozialen Arbeit in Lehre und Forschung um ein tiefenpsychologisches Paradigma zu erweitern. Auf diese Weise könnten auch die psychodiagnostische Deutungsfähigkeit, das genuine Reflexionsvermögen und das Wissen um psychosoziale Problemgenese der Professionellen gesteigert werden. Hierfür müsste ausgearbeitet werden, wie psychodynamische Konzepte in der Ausbildung zur Professionellen, zum Professionellen der Sozialen Arbeit konkret vermittelt und wie ebendiese ins Curriculum integriert werden können.

Die Psychoanalyse erinnert uns daran, dass die Fremde oder der Fremde immer auch in uns selbst lauert (vgl. Kristeva 1990: 11). Die Professionellen der Sozialen Arbeit sind verpflichtet, jede Form der Diskriminierung zurückzuweisen (vgl. AvenirSocial 2010: 9). Dies bedingt einen *diskriminierungsfreien Umgang* mit Fremdheit aller Art – und dies nicht nur innerhalb eines Beratungssettings. Da liegt es nahe, sich des Fremden in sich selbst gewahr zu werden und

Fremdenfeindlichkeit qua Dekonstruktion im Keim zu ersticken. Kristeva (1990: 11) bietet in diesem Zusammenhang folgende Hilfestellung:

Auf befremdliche Weise ist der Fremde in uns selbst. Er ist die verborgene Seite unserer Identität [...]. Wenn wir ihn in uns erkennen, verhindern wir, dass wir selbst ihn verabscheuen. Als Symptom, das gerade das ‚Wir‘ problematisch, vielleicht sogar unmöglich macht, entsteht der Fremde, wenn in mir das Bewusstsein meiner Differenz auftaucht, und er hört auf zu bestehen, wenn wir uns alle als Fremde erkennen, widerständig gegen Bindungen und Gemeinschaften.

Vielleicht vermag dieses Wissen – nicht nur den Professionellen der Sozialen Arbeit – zu helfen, Projektionen zurückzunehmen, Vorurteile und Stereotype zu dekonstruieren und Fremdenfurcht abzubauen. Wenn es dann noch gelingt, innere Ambivalenzen – zum Beispiel Bewunderung und Missgunst, Angst und Angstlust, Hass und Hassliebe – als etwas Eigenes und Zusammengehöriges zu erkennen und zu ertragen, kommt es zur inneren Reifung. In seinen Schriften äusserte sich Freud nur sehr rudimentär zur gesellschaftspolitischen Fruchtbarmachung seiner Entdeckungen. So konnte ich beispielsweise keine Hinweise auf Vorschläge zu politischen Massnahmen der Neurosenprophylaxe finden. Dies erstaunt, zumal aus psychoanalytischer Sicht quasi jeder Mensch zur potenziellen Klientel gehört.



**Abbildung 5:** Psychoanalytische Sozialarbeit (Gut 2012: o.S.)

## Über das Unbehagen in der Kultur

Kultur dient „dem Schutz des Menschen gegen die Natur und der Regelung der Beziehungen der Menschen untereinander“ (Freud 1930: 47), basiert auf Triebverzicht, -sublimierung und -umlenkung (vgl. ebd.: 59) und ist bestrebt, immer grössere soziale Einheiten hervorzubringen (vgl. ebd.: 68). „Kultur ist durch Verzicht auf Triebbefriedigung gewonnen worden und fordert von jedem neu Ankommenden, dass er denselben Triebverzicht leiste. Während des individuellen Lebens findet eine beständige Umsetzung von äusserem Zwang in inneren Zwang statt.“ (Freud 1915: 7) Zu diesem Zweck wird der Lebenstrieb, bestehend aus dem komplementären Sexual- und Aggressions-/Todestrieb beziehungsweise Eros und Thanatos, in seinen Regungen eingeschränkt (vgl. Freud 1930: 59). Die konservative Natur ist beiden Trieben gemein: Sie streben danach, einen früheren Zustand wiederherzustellen, worin sich schliesslich auch der psychodynamische Wiederholungszwang konstituiert (vgl. ebd.: 91 f.). Der Todestrieb strebt nach einem uranfänglichen, anorganischen Zustand, der Sexualtrieb hingegen nach einem körperlichen Verschmelzungserlebnis (vgl. ebd.: 92). Ein Teil der Destruo wird dem Gewissen zugeführt, wodurch das kulturstiftende Fundament der Schuldgefühle gelegt wird (vgl. ebd.: 106). Das Schuldbewusstsein wird geboren, indem äussere Autoritäten introjiziert und im Rahmen eines identifizierenden Moments zum Über-Ich gemacht werden und das aggressive Potenzial letzterer Instanz gegen das Ich gerichtet wird (vgl. ebd.: 100). Letztlich beruht das Gewissen auf Angst – zuerst auf äusserer Angst vor Liebesverlust und später auf verinnerlichter Gewissensangst (vgl. ebd.: 107). Kultur verwandelt Sadismus in Masochismus und ist ohne Hemmung kaum denkbar. Aggressionssublimierung ist ihr Motor, Masochismus – als ein Nach-innen-Wenden der Aggression – ihr Stifter. Der Mensch leidet dadurch nicht mehr primär an der Welt, sondern an sich selbst und an seinen Mitmenschen. Aus metaphysischer Perspektive lässt sich an dieser Stelle natürlich beanstanden, dass durch die psychoanalytische Reduktion auf eine vorweggenommene triebtheoretische Hinterwelt und deren Bewegungsprinzipien das Phänomen des Lebens, das Leibliche, das Dasein per se abgewertet werden. Die Lust, das Begehren, die Triebe werden zum *Sein des Seienden* gemacht – alles andere sei nur *Schein* – und dieses Sein durchwaltet in seiner *Seiendheit* alle anderen Dinge. Das psychoanalytische Denksystem nimmt hier an – und dies ist die Machttechnik der Metaphysik –, dass erst durch diese Einsichten psychosoziale Probleme behandelt werden können. Erst durch sie könne erkannt werden, was die Welt im Innersten zusammenhält.

Das Bewusstsein wurde unerlässlich, weil für die Gründung einer Kultur durch Triebunterdrückung ein Verdrängtes notwendig geworden ist. *Das Verstehen ist in der Psychoanalyse indes der notwendige Weg, um zum Nicht-mehr-verstehen-Müssen, zum Leben hinkommen und vom Leiden an sich selbst wegkommen zu können.* Die Gesellschaft ist Quelle des Leids und der Neurose, woraus überhaupt diese allgemeinmenschliche innere Spannung

beziehungsweise eben das *Unbehagen in der Kultur* erwächst. Der Lebenszweck ist hedonistisch durch das Lustprinzip gegeben (vgl. ebd.: 24). Die Unannehmlichkeiten der Realität drängen das Ich jedoch weg vom Streben nach Glück und Lust hin zur Unlustvermeidung (vgl. ebd.: 25 f.). Und so sollen dem Kind zum Zwecke des Zusammenlebens und der Realitätsbewältigung – kurzum: der Kulturfähigkeit – eben auch die polymorph-perversen Sexualneigungen abgewöhnt und durch Scham, Ekel, Schuld, Gewissen und Moral ersetzt werden. „Das Programm, welches uns das Lustprinzip aufdrängt, glücklich zu werden, ist nicht zu erfüllen, doch darf man – nein, kann man – die Bemühungen, es irgendwie der Erfüllung näher zu bringen, nicht aufgeben.“ (Ebd.: 36) Das Über-Ich „kümmert sich in der Strenge seiner Gebote und Verbote zu wenig um das Glück des Ichs. [...] Wir sind daher in therapeutischer Absicht sehr oft genötigt, das Über-Ich zu bekämpfen und bemühen uns, seine Ansprüche zu erniedrigen.“ (Ebd.: 131 f.) Die Unlust quillt primär aus dem eigenen Körper, der Aussenwelt und den sozialen Beziehungen (vgl. ebd.: 25). Ebendieses lässt sich durch eine positive Beeinflussung der eigenen Physis, der Anpassung der Umwelt und der Erotisierung sozialer Bindungen mildern (vgl. ebd.: 34). *Je kultivierter die Gesellschaft, desto sexualgestörter ihre Bürgerinnen und Bürger, weil das Begehren mit dem Grad der Enkulturation konflikthafter wird, konflikthafter werden muss – denn Kultur ist keine Lustsache, sondern ein Unterwerfungsakt, ein notwendiges Übel zum Zwecke des Zusammenlebens.* Der Kulturmensch tauscht Befriedigung und Freiheit gegen Sicherheit und Schutz (vgl. ebd.: 86). *Dergestalt erweisen sich die Neurose und das psychische Leiden als Preis für das Leben in der Kultur.* Kultur ist eine Erkrankung unserer Natur zum Zwecke des Zusammenlebens, sie ist eine gemeinschaftliche Kastration, eine Hemmung unseres Wollens. Sie ist das Opfer, das wir bringen, um uns nicht vor unseren Mitmenschen und letztlich nicht vor uns selbst fürchten zu müssen. Sie ist eine Verkleidung, eine Maskierung, eine Verheimlichung des eigentlich Unterliegenden.

Die Kultur ist eine Erkrankung in ihrer schönsten Form. Sie ist das Krebsgeschwür in Form der Sixtinischen Kapelle, in Form von Shakespeares, Goethes und Schillers Werken, in Form von da Vincis und Michelangelos Künsten. Ein Krebsgeschwür, das in seiner Schönheit uns zum ewigen Staunen fesselt. Es ist die Kette, an die wir uns legten und unser Leben damit verbringen, sie in den schönsten Farben zu bemalen. Die Schönheit ist der Preis für das Opfer unserer Leidenschaftlichkeit. (Seegert, Oktober 2021: 03:40–04:11)

Und so pflegen wir auch fortwährend unsere individuelle Maske, die Persona, in der Hoffnung, vom Gegenüber doch endlich verstanden zu werden. Wenn wir uns mit diesen Masken überidentifizieren, laufen wir Gefahr, all unsere Libido in narzisstischer Weise auf uns selbst zu verwenden. Freud sah den Menschen nämlich als weitgehend geschlossenes

Energieverarbeitungssystem, das über ein bestimmtes Quantum an Energie verfüge, sodass Energie für eine konkrete Aktivität lediglich auf Kosten der Energie für eine andere Aktivität verbraucht werden könne (vgl. Neyer/Asendorpf 2018: 9). Auch nehmen wir den Menschen besser wahr, als er eigentlich ist, weil wir ihn an seinen Taten und nicht an seinen unbewussten Motiven messen. Letztlich lässt uns dies wohl besser schlafen. „Die Triebregungen eines anderen Menschen sind unserer Wahrnehmung natürlich entrückt. Wir schliessen auf sie aus seinen Handlungen und seinem Benehmen, welche wir auf Motive aus seinem Triebleben zurückführen. [...] [Die Gesellschaft] begnügt sich damit, dass ein Mensch sein Benehmen und seine Handlungen nach den kulturellen Vorschriften richte, und fragt wenig nach seinen Motiven.“ (Freud 1915: 8)

Zur Religion schreibt Freud (1930: 18), dass diese – genauso wie die Entstehung der Götterfiguren – auf einer Vatersehnsucht – in concreto auf dem Wunsch nach einem schützenden und umsorgenden, emotional anwesenden Vater – und der Abwehr menschlicher Hilflosigkeit beruhe. *Die Götter deutet er als idealisierte Vatergestalten* (vgl. Freud 1927: 36). „Die Götter [...] [haben eine] dreifache Aufgabe, die Schrecken der Natur zu bannen, mit der Grausamkeit des Schicksals, besonders wie es sich im Tode zeigt, zu versöhnen und für die Leiden und Entbehrungen zu entschädigen, die dem Menschen durch das kulturelle Zusammenleben auferlegt werden.“ (Ebd.: 26) Analog zum Traum im Schlafzustand finde im Rahmen des religiösen Glaubens im Wachzustand eine vorweggenommene, imaginär-halluzinatorische Wunscherfüllung statt, die das Schutzbedürfnis angesichts des fortdauernden Ausgeliefertseins befriedigt (vgl. ebd.: 71). *Religion ist per se eine Wunscherfüllungsfantasie und damit nicht lediglich eine Ansammlung verschiedener zu falsifizierender Irrtümer* (vgl. ebd.). Religion sorgt für einen Glückserwerb, indem ein kollektiver Massenwahn, eine Entstellung der wahrgenommenen Realität eingerichtet wird (vgl. Freud 1930: 33). *Sie hat dergestalt in ihrer Natur eine gewisse Nähe zur Psychose und in ihren Ritualen zur Zwangsneurose* (vgl. Freud 1927: 70). *Die kollektive Neurose ersetzt die individuelle, jedoch um den Preis des Denkverbots und der psychischen Infantilität* (vgl. Freud 1930: 38). „Nachdem der Apostel Paulus die allgemeine Menschenliebe zum Fundament seiner christlichen Gemeinde gemacht hatte, war die äusserste Intoleranz des Christentums gegen die draussen Verbliebenen eine unvermeidliche Folge geworden.“ (Ebd.: 85) Das biblische Gebot „du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ ist eine Reaktionsbildung, also eine unbewusste Verkehrung des Triebimpulses in sein Gegenteil, zum Zwecke der Emotionsabwehr gegen den menschlichen Flirt mit dem Aggressiven (vgl. ebd.: 81 f.). Ebendieses Gebot rechtfertigt sich dadurch, „dass nichts anderes der ursprünglichen menschlichen Natur so sehr zuwiderläuft“ (ebd.: 82) und hat zur logischen Konsequenz, dass „nur andere für die Äusserung der Aggression übrig bleiben“ (ebd.: 85). Im Fortschritt der Wissenschaften sieht Freud (1927: 76) ein nihilistisches Anerkennen der menschlichen Ohnmacht und ein bejahenswertes Niedergehen des Religiösen.

## 4. Erkenntnisse und Schlussfolgerungen

Das vorangegangene Kapitel hat gezeigt, dass die Einsatzmöglichkeiten psychoanalytischen Denkens, Deutens und Handelns mannigfaltig und vielgestaltig sind. Die Psychoanalyse hat seinerzeit das Fundament für Psychiatrie, Psychologie und Pädagogik gelegt. Diverse psychoanalytische Konzepte haben längst Einzug in die Soziale Arbeit gefunden. In Zürich gibt es zum Beispiel einen Verein für psychoanalytische Sozialarbeit. Die Beratung in der Sozialen Arbeit gewinnt durch die Psychoanalyse an Tiefgang, Wirksamkeit und Griffigkeit.

Der psychotheoretisch einzigartige Fokus auf die Kindheit hilft, frühe Prägungen und Muster der Klientel offenzulegen (vgl. Mäder 2017: 30). Der psychodynamische Ansatz begünstigt eine Beratung, die bis unter die Oberfläche und hinter die Kulissen beziehungsweise Fassade eines Menschen reicht und ein Eintauchen in Tiefen jenseits von alltäglicher Oberflächlichkeit ermöglicht. Deshalb ist es aus meiner Sicht für die Professionellen der Sozialen Arbeit sehr wertvoll, wichtig und sinnvoll, psychodynamische Konzepte zu kennen, nicht zuletzt, um die fachliche Kompetenz und den Horizont zu erweitern. Schliesslich ist die Wahl des psychodynamischen Ansatzes aber auch eine Frage der persönlichen Entsprechung, denn Beraterinnen und Berater wählen Ansätze ebenfalls deshalb aus, weil sie zu ihnen passen (vgl. McLeod 2004: 448). Die verschiedenen psychologischen Denkschulen sind somit in gewisser Weise auch *Manifestationen der Persönlichkeiten* ihrer Anhängerinnen und Anhänger (vgl. ebd.) – und infolgedessen auch massgeblich am Erfolg der Behandlung beteiligt. Somit Glückwunsch, Sie erleben mich noch zu Lebzeiten!

Psychoanalytisches Denken steht in der Tradition der Aufklärung und ist als Theorie des Irrationalen zu verstehen (vgl. Bürgin 2006: 77). So hat auch das (massen-)psychoanalytische Hinterfragen von sozialen, politischen und ökonomischen Vorgängen stets eine *aufklärerische Wirkung* (vgl. ebd.). Allerdings bedroht das Hineinwachsen in die genuine Denkweise der Psychoanalyse das naive, unhinterfragte und damit unbeschwerte Denken, Handeln und Erleben (vgl. ebd.). Dies hat einen subversiven Charakter und kann Ängste evozieren (vgl. ebd.).

Der Sozialen Arbeit obliegt als Disziplin und Profession – mindestens latent – auch ein politisches Mandat (vgl. AvenirSocial 2010: 6, 8, 13), und in einer von Populismus und Irrationalität geprägten Zeit ist insbesondere in politischen Belangen ein hohes Mass an psychologischer Kompetenz gefragt, um die eigenen Anliegen diplomatisch, aber dennoch dezidiert und Erfolg versprechend vertreten zu können (vgl. Kohlross, August 2019: o.S.). Und da der Homo sapiens sapiens als Individuum nicht nur ein rationales, sondern eben immer auch ein irrationales Wesen ist, dessen präformierte unbewusste Tendenzen durch das gesellschaftliche Zusammenkommen in der Herde eine Katalyse erfahren, bedarf es einer adäquaten und ganzheitlichen Theorie des Irrationalen und Unbewussten – und dies leistet die Psychoanalyse wie keine andere Wissenschaft oder Denkschule (vgl. ebd.).



## 4.1 Limitationen und Kritiken

Auf Freud und dessen Psychoanalyse loszugehen, hat gewissermassen Tradition. Die Vorwürfe präsentieren sich vielgestaltig und erstrecken sich von der Anschuldigung der Unwissenschaftlichkeit, des Mystizismus, der Immunisierung qua Unmöglichmachung einer Falsifizierung psychoanalytischer Hypothesen, der bis anhin ausgebliebenen empirisch-positivistischen Überprüfung psychodynamischer Axiome, der moralischen Zersetzung, des Adultomorphismus, des Pansexualismus, des Irrationalismus, des systemisch geschlossenen, sektiererischen Dogmatismus, des Elitarismus, der masslosen Langwierigkeit und damit einhergehender Kostspieligkeit, des Unvermögens, Soforthilfe leisten zu können, der haltlosen Spekulation, bis zur Defizit-, Vergangenheits- und Problemfixierung und zum defätistischen Kulturpessimismus (vgl. Anhorn/Balzereit 2016: 5). Kurzum: Ihr Einfluss auf die Human- und Sozialwissenschaften wird kritisch aufgefasst, und sie gilt heute unter Laien als elitärer Anachronismus und wurde erfolgreich diskreditiert. So schätzen es Studierende der Psychologie erfahrungsgemäss nicht, auf Freud angesprochen zu werden. An den dargelegten Vorwürfen lässt sich meines Erachtens aber eine gewisse akademische Einseitigkeit und Kurzsichtigkeit erkennen, die der Psychoanalyse eben gerade nicht gerecht werden können. In diesem Konnex äussert sich Benjamin Seegert (August 2021: 01:40–02:44), seines Zeichens Psychologe, Psychoanalytiker und Heilpraktiker für Psychotherapie, wie folgt:

Der grösste Feind der Psychoanalyse scheint heutzutage mitunter die Psychoanalyse selbst zu sein. Was in der Psychoanalyse dabei besonders der Verdrängung unterliegt, ist doch gleichzeitig auch ihr Kernpunkt, [...] nämlich die Sexualität. Und so wird die Psychoanalyse mehr und mehr entkernt, gesellschaftsfähig gemacht, entsexualisiert und in den langweiligen und oft nichtssagenden akademischen und ärztlichen Kanon eingereiht. Ihre vermeintlichen Weiterentwicklungen scheinen mir so am Ende eigentlich einzig Versuche, sie in ihrem eigentlichen Wesen abzuschaffen. So wird die Psychoanalyse, die einst die Sexualität und die Konflikthaftigkeit in den Vordergrund stellte, zu einer Psychoanalyse, die versorgt und Anpassungen fordert und fördert, [...] eingebettet in einen kassenärztlichen Heilungsauftrag.

Die Neo- und Neuropsychoanalyse scheinen denn auch Angst vor der Sexualität zu haben und sich lieber in die unschuldigen und sterilen Gefilde der bindungsaffinen, kindergerechten, soziologisierten Objektbeziehungstheorien zurückzuziehen, die mich eher an das Konzept der „sozialen Mütterlichkeit“ denn an genuine Tiefenpsychologie erinnern. So erweisen sich dann auch die persönlichen und gesellschaftlichen Vorbehalte, mit denen sich psychisch leidende und erkrankte Menschen konfrontiert sehen, meist als Abwehr: Man will sich auf keinen Fall

selbst so – zum Beispiel depressiv – fühlen. Und so frage ich mich, ob es Zufall ist, dass ausgerechnet die akademische Psychologie – notabene die Wissenschaft der menschlichen Seele – einen obsessiven Hang zu Mathematik, Statistik, Instrumenten, Methoden, Techniken, Manualen und Modellen pflegt. Psychologisch ist die vollkommene Mathematisierung des eigenen Erlebens wohl näher am Wahnsinn denn an der Rationalität. Und nicht wenige Studierende beschleicht zu Beginn ihres Psychologiestudiums der Verdacht, dass die Psyche als wissenschaftlicher Untersuchungsgegenstand anders konstituiert zu sein scheint als jene, die aus dem eigenen Erleben bekannt ist (vgl. Kohlross, August 2019: o.S.). So habe ich mich im Rahmen der vorliegenden Arbeit dann auch bewusst und mit voller Absicht den alten Werken der sogenannten *Vorkriegspsychoanalyse* von 1896 bis 1939 gewidmet, welcher der *Sexual- und Aggressionsfokus* eigen ist. Freud (1908: 124) schrieb zur *Vorbildlichkeit des Sexuallebens* folgende Zeilen:

Das sexuelle Verhalten eines Menschen ist oft vorbildlich für seine ganze sonstige Reaktionsweise in der Welt. Wer als Mann sein Sexualobjekt energisch erobert, dem trauen wir ähnliche rücksichtslose Energie auch in der Verfolgung anderer Ziele zu. Wer hingegen auf die Befriedigung seiner starken sexuellen Triebe aus allerlei Rücksichten verzichtet, der wird sich auch anderwärts im Leben eher konziliant und resigniert als tatkräftig benehmen.

In „Eine Kindheitserinnerung des Leonardo da Vinci“ doppelt Freud (1910c: 8) nach und konstatiert: „Wenn ein biografischer Versuch wirklich zum Verständnis des Seelenlebens seines Helden durchdringen will, darf er nicht, wie dies in den meisten Biografien aus Diskretion oder aus Prüderie geschieht, die sexuelle Betätigung, die geschlechtliche Eigenart des Untersuchten mit Stillschweigen übergehen.“ Meines Erachtens – und dies ist hinter vorgehaltener Hand auch eine weitverbreitete Ansicht unter klassischen Psychoanalytikerinnen und Psychoanalytikern – sind Psychiatrie, Psychologie und Sexologie heute in gewisser Weise hinter die Erkenntnisse der klassischen Psychoanalyse zurückgefallen, indem sie eigens der Sexualverdrängung zum Opfer gefallen sind. Damit unterliegen eben genannte Professionen und Disziplinen einer hemmenden Prüderie und praktizieren – so meine Meinung und meine Haltung – Oberflächenpsychologie. Jedenfalls wundert es mich nicht, wenn dem postmodernen Menschen das Leben nicht mehr schmeckt und standardisierte Therapien langfristig kaum zu einer nennenswerten Vermehrung der Lebenslust führen. Der Mensch sollte nämlich in der Therapie wenigstens von einem neurotischen Leiden an sich selbst zurück zu einem präkulturellen, vorhomerischen und in gewisser Weise unvermeidlichen Leiden an seiner Umwelt gelangen. Denn es gibt wohl kein Leben ohne Leiden. Neben all der Pathologie geht es in der Psychoanalyse schliesslich auch darum, eine Unterstützung zu bieten, mehr Lust aus dem

Leben, der Liebe, der Sexualität und der Arbeit ziehen zu können und den dafür notwendigen Mut zur Umsetzung zu entwickeln, damit man sich traut, in einer Welt zu greifen und zu erleben, die nie gänzlich durchschaubar ist und in der man sich nie in vollständiger Sicherheit wiegen kann. Und dies ist ein Alleinstellungsmerkmal, das eine Umstrukturierung der Persönlichkeit und eine Charakterentwicklung zu begünstigen vermag. Denn jedes Symptom, jede Neurose ist über die Jahre oder gar Jahrzehnte hinweg zu einem Teil der Psyche und deren Struktur geworden, ist in ebendiese eingewachsen und hat einen individuellen Zweck bekommen. Würde dieses Symptom nun „chirurgisch entfernt“ – während das Ich gleichbleibend funktionierte –, so hinterliesse dies eben eine Lücke, die für neue Neurosen offenstehen würde. Dergestalt bliebe die Summe aller Laster tatsächlich konstant, wie es der Volksmund sagt. So versteht der österreichische Psychoanalytiker Robert Waelder (1934: 482) die Psychoanalyse immer auch als einen Appell an die menschliche Freiheit und als eine Stärkung des Ichs, die den Menschen nie nur von Symptomen zu befreien habe.

Die Psychoanalyse widerspricht dem therapeutischen Zeitgeist, der kurzfristig und effizient unter Beizug lerntheoretischer Annahmen möglichst schnell für den Arbeitsmarkt fit machen will, das Negative meidet wie der Teufel das Weihwasser und nicht selten zur vermeintlichen Selbstverwirklichung und -optimierung einer Instrumentalisierung und Zweckentfremdung verfällt. Im Zusammenhang mit dem Terminus der „Selbstverwirklichung“ lässt sich des Weiteren die Frage aufwerfen, ob der Mensch denn nicht „wirklich“ sei, wenn er sich nicht selbstverwirklicht und sich dergestalt de facto schier zwangsläufig an den Mainstream anpasst. Es fragt sich allerdings auch, ob man es sich in der gehetzten Gegenwart noch erlauben kann, sich so unverschämt lange immer wieder auf eine Couch zu legen und sich selbst zu analysieren (vgl. Hafner 2018: 39). Die Oberschichtsklientel Freuds stellte sich diese Frage wohl kaum (vgl. ebd.). Früher war die Psychoanalyse eine Provokation, weil sie das Sexualleben der Analysandinnen und Analysanden ans Tageslicht holte, heute ist sie eine Provokation, weil sie sich der Kurzfristigkeit des postmodernen Zeitmanagements verweigert (vgl. Hafner 2019: 43). So fristet sie an den Universitäten denn auch ein Schattendasein, selbst verdrängt durch Empirie und einübende Verfahren.

Die Verweigerungshaltung gegenüber empirischer Psychoanalyseforschung während der ersten Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts war meiner Meinung nach der gravierendste Fehler der Profession. So wurde der Einfluss des Ödipuskonfliktes auf die spätere Partnerwahl beispielsweise kaum empirisch beforscht, obwohl dies über einen operationalisierten Vergleich von zum Beispiel Erscheinungsbild und Fünf-Faktoren-Persönlichkeitsmodell zwischen primärer gegengeschlechtlicher Bezugsperson in der frühen Kindheit und späteren Partnerinnen und Partnern sehr wohl möglich wäre und dergestalt auch die Existenz dieses psychodynamischen Konfliktes nahegelegt oder gegebenenfalls falsifiziert werden könnte. Jedenfalls werden viele Studierende der Sozial- und Humanwissenschaften – darunter

insbesondere jene der Psychologie – den psychodynamischen Ansatz darum nicht als Basis ihres professionellen Handelns wählen, weil sie in ihren Studiengängen nicht mit ihm in Berührung kommen, was ich – aus reichlich dargelegten Gründen – sehr schade finde.

Die klassische Psychoanalyse ist in gewisser Hinsicht in einer Paradoxie gefangen. Würde sie nämlich effektiv zu einem Mainstream-Verfahren werden wollen, so liefere sie meiner Einschätzung nach Gefahr, ihren Wesenskern und den „Stachel Freuds“ durch die weitere Institutionalisierung zu verlieren und sich selbst abzuschaffen. Auch darf man sich fragen, ob die Postmoderne zu einer masochistischen Generation von Analytikerinnen und Analytikern geführt hat, die das Archaische, das Triebhafte und das Düstere zu meiden sucht, die Momente des Sexuellen, des Aggressiven und des Machtgetriebenen zu umschiffen probiert, diese nicht gutheissen kann, mit Vorliebe Nachsorge betreibt und dergestalt emblematisch vom Angstmachen zum Angsthaben gekommen ist – und auf diese Weise an den sterilen Sexualekundeunterricht der Grundschule erinnert, in dem Lust, Begehren und Verlangen meist bequem ausgespart wurden und wohl immer noch werden. Nichtsdestotrotz sollte klar sein, dass aus der Rolle des schwarzen Schafes häufig das grösste Potenzial für konstruktive Veränderung ausgeht und Entwicklung nie aus einer Einebnung von Differenzen resultiert, sondern aus einem ambiguitätstoleranzgeprägten, fairen Dialog, der Widersprüchlichkeiten aushält und sie zur Sprache bringt. Freud (1910a: 6) konstatierte diesbezüglich:

Die Gesellschaft wird sich nicht beeilen, uns Autorität einzuräumen. Sie muss sich im Widerstand zu uns befinden, denn wir verhalten uns kritisch gegen sie; wir weisen ihr nach, dass sie an der Verursachung der Neurosen selbst einen grossen Anteil hat. Wie wir den einzelnen durch Aufdeckung des in ihm Verdrängten zu unserem Feinde machen, so kann auch die Gesellschaft die rücksichtslose Blosslegung ihrer Schäden und Unzulänglichkeiten nicht mit sympathischem Entgegenkommen beantworten; weil wir Illusionen zerstören, wirft man uns vor, dass wir Ideale in Gefahr bringen.

Im Rahmen der Sozialen Arbeit soll der Psychoanalyse die Rolle einer unterstützenden Bezugswissenschaft innewohnen, denn Ersterer obliegt kein genuiner Psychotherapieauftrag. Somit ist Letztere an dieser Stelle mehr Kulturtheorie und Erklärungsmodell denn Therapeutikum. Und selbstverständlich ist an dieser Stelle zuzugeben, dass die psychoanalytische Herangehensweise an psychosoziale Herausforderungen aller Art ein möglicher Zugang zur Realität unter vielen ist. Nicht alle verfügen über eine innere Resonanz und Affinität zum psychodynamischen Ansatz. So handelt es sich bei der Psychoanalyse weder um die allein-seligmachende Kirche noch um das Mass aller Dinge. Dennoch ist es mir eine grosse Herzensangelegenheit, die Fackel des Thanatos in den dunklen Kellerräumen des Lebens anzustecken, um dort zu erforschen, was unser Innerstes zusammenhält.

Auch entsprechen die zeitgemässen Vorstellungen des Unbewussten tendenziell eher der Vorstellung von Gewohnheiten, Automatismen und Motivationssystemen (vgl. Ayan, Mai 2021: o.S.). Das Gros menschlichen Fühlens, Denkens, Handelns, Verhaltens und Erlebens unterliege unbewussten Verarbeitungsprozessen und automatischen Reaktionsmustern (vgl. ebd.). Evolutionär begründet wird dies mit kognitiver Effizienzsteigerung, primär zur Vermeidung von Überraschungen und Überlebensvorteilen (vgl. ebd.). Untermuert werden diese Erkenntnisse unter anderem durch die Ergebnisse von Priming-Experimenten, also Versuchen, die eine subliminale Beeinflussung der Reizverarbeitung durch die assoziative Aktivierung impliziter Gedächtnisinhalte nahelegen und so die Existenz des Unbewussten empirisch nahelegen (vgl. ebd.). Meiner Meinung nach handelt es sich hierbei aber nur um die halbe Wahrheit, denn auch der Aggressions- und der Sexualtrieb sichern in ebendieser invarianten Reihenfolge das Überleben des einzelnen Individuums und der kollektiven Spezies.

Der Psychoanalyse ist ein grosses Potenzial zur Manipulation eigen – und dies längst nicht nur im Konnex der Übertragungs-/Gegenübertragungsbeziehung im Sinne selbsterfüllender Prophezeiungen oder Ähnlichem. So liess sich etwa Edward Louis Bernays (1928: 39), seines Zeichens Psychologe und Propaganda- sowie Public-Relations-Theoretiker, von den tiefenpsychologischen Schriften seines Onkels Sigmund Freud inspirieren, um dessen Wissen und Können in psychologische Kriegsführung, Massenmanipulation und Kommerzmarketing einfließen zu lassen. Paul Joseph Goebbels, Politiker, Hauptkriegsverbrecher, „Reichsminister für Volksaufklärung und Propaganda“ und „Präsident der Reichskulturkammer“ während der Zeit des deutschen Nationalsozialismus, widmete sich wiederum den Schriften des Juden Bernays – trotz Bücherverbrennung – und adaptierte sie zum Zwecke der Volksverhetzung (vgl. Tribelhorn 2018: 51). Die Schlagkraft elaborierter Propaganda beweist meines Erachtens die Stimmigkeit psychoanalytischer Axiome am eindrucklichsten.

Des Weiteren läuft die psychoanalytische Methodik aufgrund ihrer suggestiven Wirkung Gefahr, fortlaufend selbsterfüllende Prophezeiungen zu produzieren (vgl. Neyer/Asendorpf 2018: 14). Wird die Deutung von der Analysandin, dem Analysanden akzeptiert, wertet die Analytikerin, der Analytiker dies als Bestätigung (vgl. ebd.). Widerspricht sie oder er ihr, sucht die Analytikerin, der Analytiker nach unbewussten Widerständen gegen die Deutung und fühlt sich gleichfalls bestätigt (vgl. ebd.) – wer die Deutung infrage stellt, kann deren Wahrheitsgehalt nicht ertragen. Dergestalt wird jede Äusserung unter Berufung auf unbewusste Regungen in ihr Gegenteil verkehrt. Dies führt zu einer inadäquaten Immunisierung gegen Kritik (vgl. ebd.). Ausserdem beruht das Gros der Psychoanalyse auf Erinnerungen von Erwachsenen an Kindheitserlebnisse – und Erinnertes ist im ontologischen Sinne nie objektiv, wird fortwährend neu konstruiert und kann in manchen Fällen erheblich vom effektiven Geschehen abweichen, sodass es sich dann dabei nicht mehr wirklich um wahre Ereignisse handelt (vgl. ebd.); dennoch ist „Erinnertes“ als psychische Realität immer wirksam und bedeutsam.

Die Psychoanalyse operiert – genauso wie die Hermeneutik – zudem sehr stark mit dem Verdacht, dass jede menschliche Lebensäußerung mit einer tiefer liegenden Bedeutung einhergehe (vgl. Bronfen, Oktober 2020: o.S.). In diesem Punkt finden sich Parallelen zum Götter- und auch zum Verschwörungsglauben, die hinter jedem Phänomen höhere Kräfte oder Kollusionen vermuten (vgl. ebd.). So entspringt die Psychoanalyse einem judeo-christlichen Kulturkontext und hat dessen *Hang zur Paranoia* selbst in die Wiege gelegt bekommen (vgl. ebd.). Allem wird unterstellt, dass es ein Geheimnis habe (vgl. ebd.). Jedoch kann nie ausgeschlossen werden, dass dennoch nichts so ist, wie es scheint. „Nur weil du paranoid bist, heisst das noch lange nicht, dass sie nicht trotzdem hinter dir her sind.“ (Kurt Cobain)

Die psychodynamische Denktradition hatte bereits in ihrer Frühgeschichte – ausgehend von Freud selbst – eine Tendenz zu *Dogmatismus* (vgl. McLeod 2004: 70). Deshalb sahen sich all jene Schülerinnen und Schüler, die irgendwie und irgendwo anderer Meinung waren als ihr Lehrer, dazu gezwungen, eigene Institute zu gründen (vgl. ebd.). Freuds Erkenntnisse sind überdies in der Kontextualisierung ihrer Historizität unweigerlich als Produkt einer sexuell repressiven und patriarchalen, phallogozentrischen Kultur einzuschätzen (vgl. Helle 2019: 20). Des Weiteren ist bei jedweder Interpretation natürlich immer auch die Biografie des Verfassers mitzudenken. Freuds Beschreibungen des Weiblichen können aus heutiger Sicht als inadäquate Verwissenschaftlichung misogynen Sichtweisen im Konnex einer Defizittheorie betrachtet werden; jedoch handelt es sich sicher auch um eine lebensweltliche Beschreibung der damaligen Realität, eine Frau zu sein (vgl. ebd.).

Aus rechtskonservativen Kreisen wird der Psychoanalyse einstweilen vorgeworfen, sie habe sich nicht wegen ihrer epistemologischen Meriten durchgesetzt, sondern weil sie zur links-intellektuellen Vorstellung der Formbarkeit der menschlichen Natur und des Sozialkonstruktivismus passe (vgl. Torrey 1992: 188–197). Zudem mache obsessive Selbsterforschung nicht glücklich, sondern isoliere das Individuum und lasse es in die Einsamkeit abdriften (vgl. Büttner 2019: 42). Dem kann ich aber aus persönlicher Erfahrung nicht zustimmen. Abschliessend an dieses Unterkapitel möchte ich ein Statement des Schweizer Psychoanalytikers, Kinder- und Jugendpsychiaters, emeritierten Professors und ehemaligen Präsidenten der Schweizerischen Gesellschaft für Psychoanalyse Dieter Bürgin (2006: 77) in den Raum stellen:

Die Psychoanalyse war lange eine Prinzessin, die meinte, die Schönste zu sein. Ein halbes Jahrhundert lang gab sie sich äusserst arrogant, Kritik empfand sie als Majestätsbeleidigung. Forschung hatte man auch nicht nötig, man hatte ja den Stein der Weisen bereits gefunden und schrieb lieber Bücher. Nun ist die Prinzessin unsanft aufgeweckt worden, und es ist weit und breit kein Prinz in Sicht. Das ist das Schicksal eines verwöhnten Kindes – es fällt irgendeinmal auf die Nase. Aber das Erwachen und die Besinnung sind im Gange.

## 4.2 Fazit

Die Seele bleibt ein Numinosum, das sich der Berechenbarkeit entzieht. Sie lässt sich wohl niemals greifen, nicht qua Verhör, Magnetresonanztomografie oder Fragebogen. Das einzelne Individuum ist über seine Geschichte und seine soziokulturelle Einbindung in einen so dichten Teppich eingewoben, dass mit jedem Schritt, mit dem wir uns ihm annähern, um ihn zu begutachten, die Muster – analog zur Mandelbrot-Menge des Mathematikers Benoît Mandelbrot – nicht grösser, deutlicher und überschaubarer werden, sondern immer kleiner und verworrener. Die Psychoanalyse befasst sich als Kulturtheorie und Therapeutikum mit ebenjener Komplexität und lässt einen dabei mit sich selbst begegnen – und das auf einer sehr tiefen und ehrlichen Ebene. Sie hilft dem Menschen, Projektionen beziehungsweise projektive Auslagerungen zurückzunehmen, um eben den Balken im eigenen Auge vor dem Splitter im Auge des Bruders erkennen zu können. Ganz dem Leitsatz folgend: Nur die Wahrheit vermag zu befreien, aber zuerst wird sie verärgern.

Unbestritten ist, dass es der Psyche guttut, offen über Lust und Last, Problem und Lösung, Wunsch und Begehren sprechen zu können. Da sind sich wohl alle Therapieschulen einig. Und diese Erkenntnis geht auf Freud zurück, der seine Analysandinnen und Analysanden schlicht zum Erzählen auf die Couch bat (vgl. International Psychoanalytical Association 2015: 7). Bis anhin hat sich noch keine Therapieform der Psychoanalyse als eindeutig überlegen erwiesen und sie zu verdrängen vermocht (vgl. Helle 2019: 56). Und Freuds umfassende Veranschaulichung der menschlichen Natur bleibt bis dato durch kein anderes Theoriegebäude übertroffen (vgl. Girkinger 2007: 43). Nichtsdestotrotz ist weder Psychoanalyse noch Psychologie potent genug, um mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit Behandlungserfolge proklamieren zu können (vgl. Neyer/Asendorpf 2018: 2). Sie bleiben – genau wie die Soziale Arbeit – ergebnisoffen, können dergestalt keine vorhersagbaren Erfolge versprechen und bleiben damit diffus (vgl. ebd.). Weder Psychoanalyse noch Psychologie oder Soziale Arbeit können bislang derart durchschlagende und unbestreitbare Erfolge vorweisen wie beispielsweise die Physik, die uns bis in die Tiefen des Universums vordringen lässt (vgl. ebd.). Deshalb halten wir uns als Laien auch für kompetenter in psychologischen denn in physikalischen Fragen (vgl. ebd.). Entsprechend skeptisch werden Psychoanalyse, Psychologie und Soziale Arbeit beäugt (vgl. ebd.). Ob die Seelenkunde jemals Heilsversprechen geben können wird, sei dahingestellt. *Die Hoffnung stirbt zuletzt. Oder aber: „Sie ist in Wahrheit das Übelste der Übel, weil sie die Qual der Menschen verlängert.“* (Friedrich Nietzsche) Meines Erachtens basiert ein Therapie- und Beratungserfolg immer auch auf der Suggestion einer Genese. Die Klientel fühlt sich eben auch besser, weil ihr suggeriert wird, dass sich ihre Beschwerden lindern, wodurch eine selbsterfüllende Prophezeiung geschieht. Kein Therapeutikum vermag omnipotent zu heilen. *„Wir heilen eigentlich nur durch Liebe.“* (Sigmund Freud)

Freud (1923a: 223) formulierte seinerzeit die Grundpfeiler der psychoanalytischen Theorie: „Die Annahme unbewusster seelischer Vorgänge, die Anerkennung der Lehre vom Widerstand und der Verdrängung, die Einschätzung der Sexualität und des Ödipus-Komplexes.“ Ich persönlich sehe die Schibbolethe der Psychoanalyse in den Momenten des Unbewussten, des Aggressiven und Sexuellen sowie der intra- und intersubjektiven Konflikthaftigkeit. Die Entwicklungslinien der zeitgenössischen Psychoanalyse ziehen sich hingegen tendenziell von der Einpersonenpsychologie hin zur Beziehungsarbeit, von der Vergangenheit zum Hier und Jetzt, von der thematischen Offenheit zur Zielgerichtetheit und vom Aufdecken zur Struktur- bildung (vgl. Charlier 2014: 972). Die Psychoanalyse wird längst nicht mehr vorwiegend mit dem Wirken Freuds gleichgesetzt. So dreht sich die Neopsychoanalyse dann auch nicht mehr wirklich um Sex and Crime, sondern um die innere Welt in Beziehung zu anderen. Der Nexus der modernen Tiefenpsychologie ist dergestalt nicht mehr die libidinöse Konflikthaftigkeit, sondern die therapeutische Beziehung.

Die Psychoanalyse ist eine Weise, die Welt, das Leben, den Menschen, die Liebe, die Arbeit, den Genuss, die Sexualität und schliesslich sich selbst zu sehen, zu deuten und zu verstehen. Hat man sich ihrer einmal hingegeben – und das ist mitunter der grösste Wert der Psychoanalyse – wird man entdecken, wie reich die Welt ist an Dingen, die einem einst verborgen waren. Hinter allem – ob gross oder klein, aussergewöhnlich oder alltäglich – steckt Bedeutung, Symbolik und Begehren. Aus dieser Grundlage erwächst eine beneidenswerte Position. Das Leben und die Welt offenbaren sich als Kunstwerk. Alles hat Tiefe und ist Rätsel. Das Sein ist reicher geworden. Lust ist in dieser Hinsicht das Lebendige überhaupt. Und so geht es in der Psychoanalyse neben der Linderung von Leid durch das Lösen von Konflikten und Neurosen immer auch um die Vermehrung von Lebenslust. Man lebt nur einmal – so glaube ich zumindest –, und da wäre es doch schade, wenn Vergangenheit, Angst, Verdrängung, Hemmung, Schuld oder Scham der Lust im Wege stehen würden.

Aus persönlichem Austausch ist mir bekannt, dass zeitgenössische Jungianerinnen und Jungianer oft insinuiieren, dass der postmoderne Mensch den Zugang zur Seelenbilderwelt verloren habe und vom Unbewussten abgeschnitten sei. Dies äussere sich exempli causa in fehlender Tiefgründigkeit, Oberflächlichkeit, dem Vorherrschen einer Wegwerfmentalität sowie dem Hang zu Kommerz und kurzfristiger Gewinnmaximierung. Im Kontext dieses Zeitgeistes haben Tiefenpsychologie und Psychoanalyse einen schweren Stand. Dennoch konnten sie sich bis anhin behaupten. Die Psychoanalyse wird wohl zugleich geschätzt und gehasst bleiben, lässt sie sich doch auf das Unbekannte ein und probiert, das Verborgene tiefenhermeneutisch aufzuschlüsseln. Als Bezugswissenschaft vermag sie sowohl Disziplin als auch Profession der Sozialen Arbeit zu bereichern. Die Stärke des psychoanalytischen Denkens liegt dabei in ihrer Tiefgründigkeit und enormen Nachhaltigkeit. Psychoanalytikerinnen und Psychoanalytiker aller Länder, vereinigt euch – auf dass der Stachel Freuds erhalten bleibe!



## 5. Literatur- und Quellenverzeichnis

- Adorno, Theodor Ludwig Wiesengrund (1962). Die revidierte Psychoanalyse. In: Horkheimer, Max/Adorno, Theodor Ludwig Wiesengrund (Hg.). *Sociologica II. Reden und Vorträge*. Frankfurt: Suhrkamp. S. 119–138.
- Anhorn, Roland/Balzereit, Marcus (2016). Die „Arbeit am Sozialen“ als „Arbeit am Selbst“ – Herrschaft, Soziale Arbeit und die therapeutische Regierungsweise im Neo-Liberalismus: Einführende Skizzierung eines Theorie- und Forschungsprogramms. In: Anhorn, Roland/Balzereit, Marcus (Hg.). *Handbuch Therapeutisierung und Soziale Arbeit*. Band 23. Wiesbaden: Springer VS. S. 3–203. eISBN 978-3-658-10870-0.
- AvenirSocial – Berufsverband Soziale Arbeit Schweiz (Hg.) (2010). *Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz. Ein Argumentarium für die Praxis der Professionellen*. Bern.
- Ayan, Steve (28.05.2021). Der Autopilot im Kopf. URL: <https://www.spektrum.de/news/wie-entsteht-bewusstsein/1589146> [Zugriffsdatum: 16.04.2022].
- Benecke, Cord (2014). Die Bedeutung empirischer Forschung für die Psychoanalyse. In: *Forum der Psychoanalyse. Zeitschrift für psychodynamische Theorie und Praxis*. 30. Jg. (1). Berlin/Heidelberg: Springer Medizin. S. 55–67.
- Benetka, Gerhard (2017). *Die Psychoanalyse der Schüler um Freud. Entwicklungen und Richtungen*. Wiesbaden: Springer. eISBN 978-3-531-94325-1.
- Bernays, Edward (1928). *Propaganda. Die Kunst der Public Relations*. Berlin: orange-press.
- Bleuler, Eugen (1910). Die Psychoanalyse Freuds. Verteidigung und kritische Bemerkungen. In: Bleuler, Eugen/Freud, Sigmund (Hg.). *Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen*. 2. Hälfte. Leipzig/Wien: Franz Deuticke. S. 623–730.
- Boothe, Brigitte (2000). Psychoanalyse. In: Straub, Jürgen/Kochinka, Alexander/Werbik, Hans (Hg.). *Psychologie in der Praxis. Anwendungs- und Berufsfelder einer modernen Wissenschaft*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag. S. 147–169.
- Bronfen, Elisabeth (27.10.2020). Verschwörungstheorien: „Warum ist es dir so wichtig, das zu glauben?“ URL: <https://www.bzbasel.ch/basel/basel-stadt/verschwörungstheorien-warum-ist-es-dir-so-wichtig-das-zu-glauben-ld.1314894> [Zugriffsdatum: 25.04.2022].
- Bundesverfassung der Schweizerischen Eidgenossenschaft vom 18. April 1999 (Stand am 13. Februar 2022), SR 101.
- Bürgin, Dieter (2006). Die Psychoanalyse ist eine Prinzessin, die sich lange für die Schönste hielt. Erschienen am 30. April 2006. In: *NZZ am Sonntag*. 5. Jg. (18). S. 77–78.
- Büttner, Jean-Martin (2019). Sei glücklich, das ist ein Befehl. Erschienen am 21. Dezember 2019. In: *Tages-Anzeiger*. 127. Jg. (297). S. 42.

- Charlier, Thomas (2014). Trennungsangst – Trennung. In: Mertens, Wolfgang (Hg.). Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe. 4. Aufl. Stuttgart: W. Kohlhammer. S. 967–973. eISBN 978-3-17-023963-0.
- Comer, Roland J. (2008). Psychoanalyse und andere tiefenpsychologische Therapien. In: Sartory, Gudrun (Hg.). Klinische Psychologie. 6. Aufl. Heidelberg/Berlin: Spektrum Akademischer Verlag. S. 47–50.
- Ferenczi, Sándor (1928). Das Problem der Beendigung der Analysen. Vortrag auf dem X. Internationalen Psychoanalytischen Kongress in Innsbruck am 3. September 1927. In: Freud, Sigmund (Hg.). Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse. Band 14. Heft 1. Wien/Leipzig/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. S. 1–10.
- Flammer, August (2009). Entwicklungstheorien. Psychologische Theorien der menschlichen Entwicklung. 4. Aufl. Bern: Huber. ISBN 978-3-456-84607-1.
- Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (Hg.) (2019). Wer bezahlt was? URL: <https://www.psychologie.ch/fuer-patienten-klienten/wer-bezahlt-was> [Zugriffsdatum: 03.01.2022].
- Freud, Sigmund (1900). Die Traumdeutung. Leipzig/Wien: Franz Deuticke.
- Freud, Sigmund (1905). Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie. Leipzig/Wien: Franz Deuticke.
- Freud, Sigmund (1906). 8 F. 6. XII. 06. In: McGuire, William/Sauerländer, Wolfgang (Hg.) (1976). Briefwechsel Sigmund Freud/C. G. Jung. Zürich: Buchclub Ex Libris. S. 12–13.
- Freud, Sigmund (1908). Die „kulturelle“ Sexualmoral und die moderne Nervosität. In: Marcuse, Max (Hg.). Sexualprobleme. Der Zeitschrift „Mutterschutz“ neue Folge. 4. Jg. (1). Frankfurt am Main: J. D. Sauerländer's Verlag. S. 107–129.
- Freud, Sigmund (1910a). Die zukünftigen Chancen der psychoanalytischen Therapie. Vortrag, gehalten auf dem zweiten Privatkongress der Psychoanalytiker zu Nürnberg 1910. In: Freud, Sigmund (Hg.). Zentralblatt für Psychoanalyse. Medizinische Monatschrift für Seelenkunde. 1. Jg. (1). Wiesbaden: Verlag von J. F. Bergmann. S. 1–9.
- Freud, Sigmund (1910b). Über „wilde“ Psychoanalyse. In: Freud, Sigmund (1982). Schriften zur Behandlungstechnik. Studienausgabe. Ergänzungsband. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag. S. 133–141.
- Freud, Sigmund (1910c). Eine Kindheitserinnerung des Leonardo da Vinci. Leipzig/Wien: Franz Deuticke.
- Freud, Sigmund (1915). Zeitgemässes über Krieg und Tod. In: Freud, Sigmund (Hg.). Imago. Zeitschrift für Anwendung der Psychoanalyse auf die Geisteswissenschaften. Band 4. Heft 1. Leipzig/Wien: Hugo Heller & Cie. S. 1–21.
- Freud, Sigmund (1917a). Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Wien: S. Fischer.

- Freud, Sigmund (1917b). Eine Schwierigkeit der Psychoanalyse. In: Freud, Sigmund (Hg.). Imago. Zeitschrift für Anwendung der Psychoanalyse auf die Geisteswissenschaften. Band 5. Heft 1. Leipzig/Wien: Hugo Heller & Cie. S. 1–7.
- Freud, Sigmund (1920). Jenseits des Lustprinzips. Leipzig/Wien/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1921). Massenpsychologie und Ich-Analyse. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1923a). „Psychoanalyse“ und „Libidotheorie“. In: Freud, Anna/Bibring, Edward/Hoffer, Wilhelm/Kris, Ernst Walter/Isakower, Otto (Hg.) (1967). Gesammelte Werke. Band 13. 5. Aufl. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag. S. 211–233.
- Freud, Sigmund (1923b). Das Ich und das Es. Leipzig/Wien/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1924). Der Realitätsverlust bei Neurose und Psychose. In: Freud, Sigmund (Hg.). Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse. Band 10. Heft 4. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. S. 374–379.
- Freud, Sigmund (1925). Geleitwort. In: Aichhorn, August (Hg.). Verwaehrte Jugend. Die Psychoanalyse in der Fürsorgeerziehung. Leipzig/Wien/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. S. 3–6.
- Freud, Sigmund (1926). Hemmung, Symptom und Angst. Leipzig/Wien/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1927). Die Zukunft einer Illusion. Leipzig/Wien/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1930). Das Unbehagen in der Kultur. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1933). Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1934). Selbstdarstellung. 2. Aufl. Leipzig/Wien/Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, Sigmund (1937). Die endliche und die unendliche Analyse. In: Freud, Sigmund (1982). Schriften zur Behandlungstechnik. Studienausgabe. Ergänzungsband. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag. S. 351–392.
- Freud, Sigmund (1940). Abriss der Psychoanalyse. In: Freud, Anna (Hg.). Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse und Imago. Band 25. Heft 1. London: Imago Publishing. S. 7–67.
- Freud, Sigmund (1950). Aus den Anfängen der Psychoanalyse. Briefe an Wilhelm Fliess, Abhandlungen und Notizen aus den Jahren 1887–1902. London: Imago Publishing.

- Fromm, Erich (1991). Die Pathologie der Normalität. Zur Wissenschaft vom Menschen. Weinheim: Beltz.
- Fromm, Erich (1993). Die Gesellschaft als Gegenstand der Psychoanalyse. Frühe Schriften zur Analytischen Sozialpsychologie. Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch Verlag.
- Führer, Susanne (25.12.2020). Psychoanalytiker sind keine perfekten Menschen. URL: [https://www.deutschlandfunkkultur.de/psychotherapeut-otto-kernbergpsychoanalytiker-sind-keine.970.de.html?dram:article\\_id=489879](https://www.deutschlandfunkkultur.de/psychotherapeut-otto-kernbergpsychoanalytiker-sind-keine.970.de.html?dram:article_id=489879) [Zugriffsdatum: 02.03.2022].
- Girkinger, Michael (2007). Mensch und Gesellschaft in der frühen Tiefenpsychologie. Politik bei Sigmund Freud, Alfred Adler und Wilhelm Reich. Marburg: Tectum.
- Goebel, Eckart (03.04.2019). Die geheime Apparatewelt der Psychoanalyse. URL: <https://www.welt.de/kultur/literarischewelt/article191308473/Freuds-Dinge-Die-geheime-Apparatewelt-der-Psychoanalyse.html> [Zugriffsdatum: 16.02.2022].
- Goethe, Johann Wolfgang von (1986). Faust. Der Tragödie erster Teil. Stuttgart: Reclam.
- Gramm, Sabine (2014). Menschliche Grammatik. Sich einfach besser verstehen. Norderstedt: Books on Demand.
- Günther, Marga/Heilmann, Joachim/Kerschgens, Anke (2022). Wer nichts versteht, kann nichts verändern. Zur Aktualität psychoanalytisch orientierten Verstehens in Psychoanalytischer Pädagogik und Sozialer Arbeit. In: Günther, Marga/Heilmann, Joachim/Kerschgens, Anke (Hg.). Psychoanalytische Pädagogik und Soziale Arbeit. Verstehensorientierte Beziehungsarbeit als Voraussetzung für professionelles Handeln. Band 55. Giessen: Psychosozial-Verlag. S. 9–25.
- Gut, Peter (2012). Freud, aktive Technik. URL: [https://www.vpsz.ch/wp-content/uploads/2020/10/10\\_freud\\_cartoon\\_web.jpg](https://www.vpsz.ch/wp-content/uploads/2020/10/10_freud_cartoon_web.jpg) [Zugriffsdatum: 02.06.2022].
- Hafner, Urs (2018). Ist Psychoanalyse eine Kunst? Erschienen am 11. Oktober 2018. In: Neue Zürcher Zeitung. 239. Jg. (253). S. 39.
- Hafner, Urs (2019). Sexuelle Identität: Wer weiss, wer er ist, ist nie erwachsen geworden. Erschienen am 21. November 2019. In: Neue Zürcher Zeitung. 240. Jg. (271). S. 43.
- Heinemann, Evelyn (2010). Die Lust am Lernen. Bindungssicherheit und Autonomie in Therapie und Pädagogik. In: Heinemann, Evelyn/Hopf, Hans (Hg.). Psychoanalytische Pädagogik. Theorien, Methoden, Fallbeispiele. Stuttgart: W. Kohlhammer. S. 45–55. eISBN 978-3-17-020887-2.
- Heise, Jens (2019). Sigmund Freud. Eine Einführung. Ditzingen: Reclam.
- Helle, Mark (2019). Psychotherapie. Heidelberg/Berlin: Springer.
- Hollenstein, Lea/Calzaferri, Raphael/Dällenbach, Regula/Rüegger, Cornelia/Sommerfeld, Peter (2018). Systemisch-biografische Diagnostik des Lebensführungssystems. In: Buttner, Peter/Gahleitner, Silke Birgitta/Hochuli Freund, Ursula/Röh, Dieter (Hg.).

- Handbuch Soziale Diagnostik. Perspektiven und Konzepte für die Soziale Arbeit. Berlin: Deutscher Verein für öffentliche und private Fürsorge. S. 183–195.
- Hürter, Tobias (22.12.2018). Wer bin ich? Wer bist du? URL: <https://www.zeit.de/zeitwissen/2019/01/sigmund-freud-psychologie-unbewusste-gesellschaft-einfluss> [Zugriffsdatum: 07.02.2022].
- Hüttemann, Matthias/Rüegger, Cornelia/Wüsten, Günther (2015). Klinische Sozialarbeit. In: Riedi, Anna Maria/Zwilling, Michael/Meier Kressig, Marcel/Benz Bartoletta, Petra/Aebi Zindel, Doris (Hg.). Handbuch Sozialwesen Schweiz. 2. Aufl. Bern: Haupt. S. 334–339.
- International Psychoanalytical Association (Hg.) (2015). Über Psychoanalyse. URL: [https://www.ipa.world/IPA/IPA\\_Docs/IPSOupberDE.pdf](https://www.ipa.world/IPA/IPA_Docs/IPSOupberDE.pdf) [Zugriffsdatum: 01.02.2022].
- Jung, Carl Gustav (1954). Von den Wurzeln des Bewusstseins. Studien über den Archetypus. Zürich: Rascher.
- Jung, Carl Gustav (2005). Traum und Traumdeutung. Band 4. 12. Aufl. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Jung, Carl Gustav (2011). Die Archetypen und das kollektive Unbewusste. Band 9. 1. Halbband. 5. Aufl. Ostfildern: Patmos.
- Jungclaussen, Ingo (2020). Es gibt jetzt eine Chance. Prof. Dr. Cord Benecke zur Reform der Psychotherapieausbildung. In: Report Psychologie. Zeitschrift des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. 45. Jg. (4). Berlin: Deutscher Psychologen Verlag. S. 28–30.
- Kardorff, Ernst von (2016). Zur Transformation der Therapeutisierung und Psychiatrisierung des gesellschaftlichen Alltags: auf dem Weg der (nicht ganz) freiwilligen Selbstoptimierung. In: Anhorn, Roland/Balzereit, Marcus (Hg.). Handbuch Therapeutisierung und Soziale Arbeit. Band 23. Wiesbaden: Springer VS. S. 263–298. eISBN 978-3-658-10870-0.
- Klug, Helga (2020). Die Finanzkrise 2008 im Unbewussten. Über die Ökonomie des Seelenlebens in Zeiten der Krise. Wien: Springer. eISBN 978-3-658-28475-6.
- Kohlross, Christian (05.08.2022). Die Austreibung der Psyche aus der Psychologie. URL: <https://www.cicero.de/kultur/sigmund-freud-psychoanalyse-therapie-feindbilder> [Zugriffsdatum: 22.02.2022].
- Kristeva, Julia (1990). Fremde sind wir uns selbst. Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch Verlag.
- Kuhlmann, Carola (2013). Erziehung und Bildung. Einführung in die Geschichte und Aktualität pädagogischer Theorien. Wiesbaden: Springer VS. eISBN 978-3-531-19387-8.
- Lahann, Birgit (06.05.2006). Sigmund Freud: Der Seelen-Tief-Taucher. URL: <https://www.stern.de/panorama/wissen/mensch/sigmund-freud-der-seelen-tief-taucher-3596926.html> [Zugriffsdatum: 07.02.2022].

- Mäder, Maya (2017). Selbsterfahrung in der Psychotherapie. Die Bedeutung für den Kompetenzerwerb in der Aus- und Weiterbildung zum transaktionsanalytischen Psychotherapeuten. Band 17. Münster/New York: Waxmann Verlag. eISBN 978-8309-8475-7.
- Marinelli, Lydia (24.12.2007). Liege der Lust. URL: <https://www.spiegel.de/geschichte/mekkas-der-moderne-freuds-couch-a-946472.html> [Zugriffsdatum: 24.06.2022].
- Maxe85 (2008). Der psychische Apparat nach Freuds zweitem Modell. URL: <https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/ca/Instanzenmodell.svg/1920px-Instanzenmodell.svg.png> [Zugriffsdatum: 08.02.2022].
- McLeod, John (2004). Der psychodynamische Ansatz. In: McLeod, John (Hg.). *Counselling. Eine Einführung in die Beratung*. Tübingen: DGVT-Verlag. S. 61–95.
- McLeod, John (2004). Fertigkeiten und Eigenschaften eines erfolgreichen Beraters. In: McLeod, John (Hg.). *Counselling. Eine Einführung in die Beratung*. Tübingen: DGVT-Verlag. S. 441–457.
- Mertens, Wolfgang (2000). Psychoanalyse. URL: <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/psychoanalyse/12038> [Zugriffsdatum: 03.02.2022].
- Mertens, Wolfgang (2014). Ödipuskomplex. In: Mertens, Wolfgang (Hg.). *Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe*. 4. Aufl. Stuttgart: W. Kohlhammer. S. 657–670. eISBN 978-3-17-023963-0.
- Morschitzky, Hans (2007). *Psychotherapie Ratgeber. Ein Wegweiser zur seelischen Gesundheit*. Wien/New York: Springer.
- Neyer, Franz Josef/Asendorpf, Jens B. (2018). *Psychologie der Persönlichkeit*. 6. Aufl. Heidelberg/Berlin: Springer-Verlag. eISBN 978-3-662-54942-1.
- Nietzsche, Friedrich Wilhelm (1886). *Jenseits von Gut und Böse. Vorspiel einer Philosophie der Zukunft*. Leipzig: Verlag von C. G. Naumann.
- Nietzsche, Friedrich Wilhelm (1892). *Zur Genealogie der Moral. Eine Streitschrift*. 2. Aufl. Leipzig: Verlag von C. G. Naumann.
- Nitzschke, Bernd (2010). *Die Psychoanalyse Sigmund Freuds. Konzepte und Begriffe*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. eISBN 978-3-531-92578-3.
- Oevermann, Ulrich (2009). Die Problematik der Strukturlogik des Arbeitsbündnisses und der Dynamik von Übertragung und Gegenübertragung in einer professionalisierten Praxis von Sozialarbeit. In: Becker-Lenz, Roland/Busse, Stefan/Ehlert, Gudrun/Müller, Silke (Hg.). *Professionalität in der Sozialen Arbeit. Standpunkte, Kontroversen, Perspektiven*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 113–142.
- ORF/Netflix (Hg.) (15. März 2020, 20:15–21:13). *Freud. Hysterie*. Staffel 1. Folge 1. Fernsehserie auf ORF1 und Netflix. Österreich/Deutschland/Tschechien: Satel Film GmbH/Bavaria Film GmbH.

- Piegler, Theo (2016). Geschichte und Entwicklung der psychodynamischen Psychiatrie. In: Böker, Heinz/Hartwich, Peter/Northoff, Georg (Hg.). Neuropsychodynamische Psychiatrie. Berlin/Heidelberg: Springer. S. 21–35. eISBN 978-3-662-47765-6.
- Preis, Victoria (01.10.2019). Sitzen oder Liegen? URL: <https://www.deutschlandfunkkultur.de/psychotherapie-verfahren-sitzen-oder-liegen-100.html> [Zugriffsdatum: 21.03.2022].
- Reddit (2018). „Therapeutic knitting“ als karikierende Darstellung der Redekur. URL: <https://i.redd.it/26t3y5n9ci111.jpg> [Zugriffsdatum: 09.02.2022].
- Reich, Wilhelm (1933). Charakteranalyse. Technik und Grundlagen für Studierende und praktizierende Analytiker. Wien: Selbstverlag.
- Reimer, Christian/Rüger, Ulrich (2012). Gemeinsame Merkmale und Charakteristika psychodynamischer Psychotherapieverfahren. In: Reimer, Christian/Rüger, Ulrich (Hg.). Psychodynamische Psychotherapien. Lehrbuch der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapieverfahren. 4. Aufl. Berlin/Heidelberg: Springer-Verlag. S. 3–24.
- Roesler, Christian (2016). Das Archetypenkonzept C. G. Jungs. Theorie, Forschung und Anwendung. Stuttgart: W. Kohlhammer. eISBN 978-3-17-028417-3.
- Rohner, Koni (06.02.2002). Psychotherapie: „Bringt mich Psychoanalyse weiter?“ URL: <https://www.beobachter.ch/gesundheit/wohlfohlen-praevention/psychotherapie-bringt-mich-psychoanalyse-weiter> [Zugriffsdatum: 16.05.2022].
- Schnoor, Heike (2011). Psychodynamische Beratung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schülein, Johann August (2016). Soziologie und Psychoanalyse. Perspektiven einer sozialwissenschaftlichen Subjekttheorie. Wiesbaden: Springer VS. eISBN 978-3-658-11557-9.
- Schülein, Johann August (2018). Gesellschaft und Psychodynamik. Eine systematische Skizze. Wiesbaden: Springer VS. eISBN 978-3-658-21439-5.
- Schweizerische Gesellschaft für Psychoanalyse – Freud-Zentrum Bern (Hg.) (2016). Psychoanalyse ist. URL: <https://www.freud-zentrum.ch/psychoanalyse/> [Zugriffsdatum: 19.01.2022].
- Schweizerische Gesellschaft für Psychoanalyse – Freud-Zentrum Zürich (Hg.) (2019). Was ist Psychoanalyse. URL: [https://freud-institut.ch/aus-und-weiterbilden-psychoanalyse-zuerich/was\\_istPsychoanalyse/](https://freud-institut.ch/aus-und-weiterbilden-psychoanalyse-zuerich/was_istPsychoanalyse/) [Zugriffsdatum: 02.06.2022].
- Seegert, Benjamin (11.11.2021). Der Sinn des Lebens. Die Angst vor dem Tod. Ein kleiner Aphorismus. Berlin: Thanatos Verlag. URL: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_Rx8HhKpOD4](https://www.youtube.com/watch?v=_Rx8HhKpOD4) [Zugriffsdatum: 03.01.2022].
- Seegert, Benjamin (24.10.2021). Warum die Menschheit verweiblicht und verschwult! Ein Kampf gegen die Männlichkeit? Ein Aphorismus. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=3aBPuhHNTS4> [Zugriffsdatum: 30.05.2022].

- Seegert, Benjamin (27.08.2021). 1. Psychoanalyse und Prostitution. Die Verdrängung der Sexualität. Eine kleine Videoreihe. Berlin: Thanatos Verlag. URL: [https://www.youtube.com/watch?v=oB3\\_nb\\_\\_C14](https://www.youtube.com/watch?v=oB3_nb__C14) [Zugriffsdatum: 12.04.2022].
- Seel, Norbert M./Hanke, Ulrike (2015). Erziehungswissenschaft. Lehrbuch für Bachelor-, Master- und Lehramtsstudierende. Berlin/Heidelberg: Springer VS.
- Shedler, Jonathan (2011). Die Wirksamkeit psychodynamischer Psychotherapie. In: Psychotherapeut. Band 56. Heft 3. Berlin/Heidelberg: Springer-Verlag. S. 265–277.
- Sombart, Werner (1956). Der Bourgeois. München: Duncker & Humblot.
- Staub-Bernasconi, Silvia (2007). Soziale Arbeit als Handlungswissenschaft. Systemtheoretische Grundlagen und professionelle Praxis. Ein Lehrbuch. Bern: Haupt.
- Stöcker, Christian (05.05.2006). Der Überschätzte. 150 Jahre Sigmund Freud. URL: <https://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/150-jahre-sigmund-freud-der-ueberschaetzte-a-414462.html> [Zugriffsdatum: 23.02.2022].
- Strehle, Res (19.04.2019). Es geht darum, innere Ruhe zu finden. URL: <https://www.tagesanzeiger.ch/leben/gesellschaft/es-geht-darum-innere-ruhe-zufinden/story/10000232> [Zugriffsdatum: 16.02.2022].
- surreal32 (2006). Id, ego, superego. URL: <https://www.deviantart.com/surreal32/art/id-ego-superego-34725464> [Zugriffsdatum: 22.03.2022].
- Tlusty, Ann-Kristin (29.10.2020). Wir psychologisieren uns zu Tode. URL: [https://www.deutschlandfunkkultur.de/gesellschaft-im-therapiemodus-wirpsychologisieren-uns-zu.1005.de.html?dram:article\\_id=486537](https://www.deutschlandfunkkultur.de/gesellschaft-im-therapiemodus-wirpsychologisieren-uns-zu.1005.de.html?dram:article_id=486537) [Zugriffsdatum: 02.03.2022].
- Torrey, Edwin Fuller (1992). Freudian Fraud. The malignant effect of Freud's theory on American thought and culture. New York: HarperCollins Publishers.
- Tribelhorn, Marc (2018). Der Meinungsmacher. Erschienen am 13. Juli 2018. In: Neue Zürcher Zeitung. 239. Jg. (160). S. 50–51.
- Waelder, Robert (1934). Das Freiheitsproblem in der Psychoanalyse und das Problem der Realitätsprüfung. In: Freud, Sigmund (Hg.). Imago. Zeitschrift für psychoanalytische Psychologie, ihre Grenzgebiete und Anwendungen. Band 20. Heft 4. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. S. 467–484.