

# ZUR PSYCHOANALYTISCHEN BEHANDLUNG

Die psychoanalytische Behandlung ist durch eine Reihe von äußeren Merkmalen gekennzeichnet.

Ins Auge fällt zunächst die Behandlungssituation:

**Der Patient erhält die Möglichkeit, sich in eine Position zu begeben, in der er sich möglichst entspannt und von äußeren Reizen abgeschlossen entfalten kann.**

Dieses äußere Setting ist durch eine verlässliche und gleichbleibende Situation gekennzeichnet, in welcher der Therapeut dem Patienten seine Aufmerksamkeit zuwendet, ohne vom Patienten die gleiche Aufmerksamkeit zurück zu erwarten. Innerhalb dieser Situationen soll es dem Patienten ermöglicht werden, seine Gedanken und Empfindungen so weit als möglich frei zu äußern.

S. Freud, der Begründer der Psychoanalyse vergleicht die Situationen des Patienten mit der eines Eisenbahnreisenden in die eigene Seelenwelt:

„Sagen Sie also alles, was ihnen durch den Sinn gibt. Benehmen Sie sich so, wie z. B. ein Reisender, der am Fensterplatz des Eisenbahnwagens sitzt und dem im Inneren untergebrachten beschreibt, wie sich vor seinen Blicken die Aussicht verändert ... Vergessen sie niemals, dass sie die volle Aufrichtigkeit versprochen haben, und gehen Sie nie über etwas hinweg, was ihnen in dieser Mitteilung aus irgendeinem Grunde unangenehm ist“.

Natürlich wird es keinem Patienten möglich sein diese Grundregel von Anfang an in der Konsequenz zu erfüllen, wie dies hier beschrieben ist. Dass gerade die hierbei entstehenden „Widerstände“ wichtige Informationen für den therapeutischen Prozess bieten, wird weiter unten ausgeführt werden.

Zunächst aber soll danach gefragt werden, wie die psychoanalytische Behandlung wirkt. Hier begegnen uns zwei verschiedenen Auffassungen der Psychoanalyse:

Einerseits eine Auffassung, nach der die Psychoanalyse vor allem eine verbale Kommunikation ist, die das Ziel verfolgt, Aussagen über die Lebensgeschichte des Patienten zu gewinnen; andererseits eine Auffassung, in der die Psychoanalyse vor allem eine emotionale Erfahrung darstellt. Die erste Sichtweise geht davon aus, dass die psychoanalytische Behandlung ihre Wirkung dort entfaltet, wo sich der Patient an vorangegangene Lebensereignisse erinnert und es hierdurch zu einer Veränderung in seinem Seelenleben kommt.

Seelisches Leiden entsteht, wenn ein konflikthafte Geschehen von einem Menschen nicht selbst gelöst werden kann. So kann beispielsweise der Wunsch danach, in einer stabilen Umgebung zu bleiben, mit Autonomie- und Aggressionswünschen in Konflikt geraten.

Wenn diese Autonomiewünsche auf eine Lebensentwicklung treffen, in der diese nicht toleriert oder gar bestraft wurden, erscheinen diese Themen dem jeweiligen Menschen als gefährlich. Es entsteht ein unbewusster Konflikt, in dem die Aggressionswünsche verdrängt werden. Die Aufgabe der psychoanalytischen Behandlung kann in einem solchen Bild nun darin bestehen, dem Individuum zu vermitteln, warum seine entsprechenden Wünsche ihm so gefährlich erscheinen.

Wichtig ist hierbei die Sichtweise, nach der neurotische Mechanismen nicht unsinnig oder einfach nur falsch sind. Vielmehr werden hier Verselbstständigungen von Verhaltensmustern sichtbar, die früher einmal sinnvoll gewesen waren, sich dann aber gegen den Menschen gewendet haben.

Ein kleines Kind beispielsweise ist von der Zuneigung seiner Eltern vollkommen und absolut abhängig. Würden ihm die Eltern ihre Fürsorge entziehen, so würde das Baby oder das Kleinkind innerhalb von kürzester Zeit eine massive Schädigung erleiden, ja im wahrsten Sinne nicht überlebensfähig sein.

Daher wird ein Kind in einer Situation, in der es befürchten muss, die Aufmerksamkeit seiner Eltern zu verlieren alles tun, um sich gegen diesen Verlust abzusichern. Bei der Androhung von Liebesentzug oder körperlicher Gewalt beispielsweise würde ein Kind seine eigenen Ansprüche zurückstellen, um der Drohung des Liebesverlustes zu entgehen. Ein solches Verhalten ist für das Kind angemessen.

Wenn jedoch keine korrigierenden Erfahrungen in der Lebensgeschichte getätigt werden können, wird sich ein solches Verhalten verselbstständigen.

In einer Logik der Selbstverleugnung konnte das Kind überleben, den Erwachsenen jedoch schädigt ein solches Verhalten massiv. Wenn ein erwachsener Mensch gegenüber seinem sozialen Umfeld alles tut, nur um nicht abgelehnt zu werden, schädigt er sich selbst. Er wird dann für die Aufrechterhaltung einer Beziehung alles in Kauf nehmen, was überhaupt nur aushaltbar ist.

So würde er sich nicht genügend von den Ansprüchen seiner Mitmenschen abgrenzen können und sich notwendigerweise selbst verlieren. Innerhalb der Psychoanalyse kann nun die aus der Kindheit stammende Situation zusammen mit dem Therapeuten neu betrachtet werden:

Der Patient kann die Erfahrung gewinnen, dass sein erwachsenes Ich stark genug ist, die Drohung des Liebesentzugs bis zu tragen, die sein kindliches Ich hatte verzweifeln lassen. Mit anderen Worten: Der Erwachsene kann nun die aus der Kindheit stammenden Schmerzen erneut betrachten, ohne befürchten zu müssen, von diesen zerstört zu werden.

In der Therapie erlebt der Patient, dass er seine Gefühle und Ängste gegenüber dem Therapeuten äußern kann, ohne deshalb von diesem abgelehnt oder zerstört zu werden. Dieses Wiedererleben der eigenen Lebensgeschichte innerhalb eines tragenden und stabilen Rahmens bietet einen der wesentlichen Haltepunkte für die Heilung in der Psychoanalyse. So kann die Arbeit in der Therapie die Ängstlichkeit des Patienten reduzieren und ihm den Mut geben, den er braucht, um sich seinen Lebensaufgaben zustellen.

Hier zeigt sich jedoch auch, dass in der Therapie nicht nur der Erkenntnisgewinn über die eigene Lebensgeschichte im Vordergrund steht. Vielmehr wird die Beziehungserfahrung zwischen dem Patienten und dem Therapeuten wichtiger: Der Therapeut bietet eine Probebeziehung an, in der neue emotionale Erfahrungen des zwischenmenschlichen Umganges innerhalb einer kontinuierlichen therapeutischen Beziehung gewonnen werden können.

Diese Begegnung wird dann weniger zu einem nur intellektuellen Verstehen der eigenen Lebensgeschichte, als vielmehr zu einer emotionalen Nachbearbeitung. Diese eröffnet dem Patienten neue Wege. Manchmal kann gerade in der therapeutischen Beziehung zum ersten Mal die Erfahrung von Stabilität und Wahrhaftigkeit gelingen, die einem Menschen ansonsten über das ganze Leben verloren gegangen ist.

In dieser Beziehung wird der Patient auch erfahren, dass er vom Therapeuten nicht verurteilt oder abgelehnt wird, wenn er im Verlauf der Therapie schambesetzte Inhalte (zunächst) beiseitelässt. Vielmehr wird der Therapeut gerade auf jene Inhalte besonderes Augenmerk legen, die vom Patienten zunächst nicht benannt werden.

So kann etwa angenommen werden, dass ein Patient, der es etwa vermeidet, über seine sozialen Beziehungen

oder seine Freundschaften in der Therapie zu sprechen, in genau diesem Bereich besondere Schwierigkeiten aufweist. Diese „Widerstandsanalyse“ macht erneut deutlich, wie sehr die Erfahrungen in der Psychoanalyse in einer zwischenmenschlichen Beziehung erlebt werden können und eben nicht nur eine intellektualisierte Bearbeitung der eigenen Lebensgeschichte in einem isolierten und beziehungs-freien Raum sind.

Der Patient, der sich in einer psychoanalytischen Behandlung befindet, nimmt hier notwendigerweise eine intensive Beziehung zum Therapeuten auf.

Innerhalb dieser Beziehung wird er den Therapeuten als einen für ihn besonders wichtigen Menschen erleben. So wird der Patient mit dem Therapeuten ähnlich umgehen, wie dies in anderen wichtigen Beziehungen tut.

Diese Muster des zwischenmenschlichen Umganges werden in der therapeutischen Beziehung umso deutlicher sichtbar, als dass der Therapeut keine eigenen Interessen in dieser Beziehung verfolgt. Dennoch wird die Beziehung zwischen Patienten und Therapeuten nicht ohne Reibungspunkte verlaufen. Der Patient wird sich womöglich an der einen oder anderen Stelle vom Therapeuten missverstanden fühlen; das Gefühl haben, der Therapeut sei zu konsequent oder zu nachgiebig oder würde den Patienten bevorzugen oder benachteiligen.

Die Besonderheit der psychoanalytischen Therapie besteht nun darin, dass es sich hierbei zum vorwiegenden Teil um Fantasien des Patienten handelt.

Da dem Patienten nämlich kaum Informationen über dem Therapeuten zur Verfügung stehen, wird das Bild, das er sich vom Therapeuten macht, vorwiegend von seinen bisherigen Lebenserfahrungen gekennzeichnet sein. In der Therapie ist so immer wieder zu beobachten, dass Patienten innerhalb der Psychotherapie die gleichen Konfliktlösungsstrategien verfolgen, wie in ihrem sonstigen Alltagsvollzug („Übertragung“).

Der Unterschied zum Alltag besteht in der Therapie jedoch darin, dass der Patient gemeinsam mit dem Therapeuten diese Interaktionsmuster beobachten und so zu einer Veränderung gelangen kann. Auch hier wird die Beziehung zwischen dem Patienten und dem Therapeuten zu einem Wirkungspunkt der Therapie. •