

Sabine Trenk-Hinterberger
Die letzte Stunde

Das Anliegen der Buchreihe **BIBLIOTHEK DER PSYCHOANALYSE** besteht darin, ein Forum der Auseinandersetzung zu schaffen, das der Psychoanalyse als Grundlagenwissenschaft, als Human- und Kulturwissenschaft sowie als klinische Theorie und Praxis neue Impulse verleiht. Die verschiedenen Strömungen innerhalb der Psychoanalyse sollen zu Wort kommen, und der kritische Dialog mit den Nachbarwissenschaften soll intensiviert werden. Bislang haben sich folgende Themenschwerpunkte herauskristallisiert: Die Wiederentdeckung lange vergriffener Klassiker der Psychoanalyse – wie beispielsweise der Werke von Otto Fenichel, Karl Abraham, Siegfried Bernfeld, W. R. D. Fairbairn, Sándor Ferenczi und Otto Rank – soll die gemeinsamen Wurzeln der von Zersplitterung bedrohten psychoanalytischen Bewegung stärken. Einen weiteren Baustein psychoanalytischer Identität bildet die Beschäftigung mit dem Werk und der Person Sigmund Freuds und den Diskussionen und Konflikten in der Frühgeschichte der psychoanalytischen Bewegung.

Im Zuge ihrer Etablierung als medizinisch-psychologisches Heilverfahren hat die Psychoanalyse ihre geisteswissenschaftlichen, kulturanalytischen und politischen Bezüge vernachlässigt. Indem der Dialog mit den Nachbarwissenschaften wiederaufgenommen wird, soll das kultur- und gesellschaftskritische Erbe der Psychoanalyse wiederbelebt und weiterentwickelt werden.

Die Psychoanalyse steht in Konkurrenz zu benachbarten Psychotherapieverfahren und der biologisch-naturwissenschaftlichen Psychiatrie. Als das ambitionierteste unter den psychotherapeutischen Verfahren sollte sich die Psychoanalyse der Überprüfung ihrer Verfahrensweisen und ihrer Therapie-Erfolge durch die empirischen Wissenschaften stellen, aber auch eigene Kriterien und Verfahren zur Erfolgskontrolle entwickeln. In diesen Zusammenhang gehört auch die Wiederaufnahme der Diskussion über den besonderen wissenschaftstheoretischen Status der Psychoanalyse.

Hundert Jahre nach ihrer Schöpfung durch Sigmund Freud sieht sich die Psychoanalyse vor neue Herausforderungen gestellt, die sie nur bewältigen kann, wenn sie sich auf ihr kritisches Potenzial besinnt.

BIBLIOTHEK DER PSYCHOANALYSE

Herausgegeben von Hans-Jürgen Wirth

Sabine Trenk-Hinterberger

Die letzte Stunde

**Wie psychoanalytische
Behandlungen enden**

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe
© 2020 Psychosozial-Verlag, Gießen
E-Mail: info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Ernst Ludwig Kirchner, *Paar sitzend*, 1917–1920
Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen
von Hanspeter Ludwig, Wetzlar
ISBN 978-3-8379-2901-0 (Print)
ISBN 978-3-8379-7629-8 (E-Book-PDF)

Inhalt

Letzte Stunden am Ende vieler Jahre	7
»Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne« – und jedem Ende?	11
Letzte Sätze in der Belletristik als Einladungen zu psychoanalytischen Fantasien	17
Die letzte Stunde in der psychoanalytischen Begegnung	25
Äußere Bedingungen	25
Innere Bedingungen, dem Bewusstsein zugänglich	27
Unbewusste Motive	30
Kasuistik: Wie endet eine jahrelange Psychoanalyse?	37
Beispiele, in denen Bilanz gezogen wird	38
Das Mitbringen von Blumen und Geschenken	45
Über die Befindlichkeit beim Abschied, auf Umwegen mitgeteilt	51
Das Vermeiden des Abschieds	
mit langen Pausen bis hin zum Abbruch	58
Kasuistik: Die Hintergründe der Abschiede	65
Vorbemerkung zur Methodik	65
Wie einseitig das Bilanzieren sein kann	68
Blumen und Geschenke als Medium, die negative Übertragung zum Schweigen zu bringen	71
Darstellungen der tiefer liegenden Not	76
Trennungstraumata und der Umgang mit Abhängigkeit	80

Diskussion	87
Standortbestimmung	87
Ein weiterer Blick in die Kasuistik	91
Die Angst vor dem Verlassensein	100
Ausblick	105
Welche Rolle die verfügbare Zeit spielt	105
Zum letzten Kontakt in Kurzzeit- und tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapien	109
Zusammenfassung	115
Literatur	119

Letzte Stunden am Ende vieler Jahre

Der Beendigung der psychoanalytischen Behandlung ist bis zuletzt in der Literatur viel weniger Aufmerksamkeit zuteil geworden als dem Anfang – ein häufig beklagter Befund, der sicher vielfältigen Ursachen geschuldet ist. Zur Einführung soll versucht werden, einige dieser Ursachen nachzuspüren und besser zu verstehen, warum bisher nur so zögerlich mit dieser Thematik umgegangen wurde. Es handelt sich ja um ein Ende, einen Schluss, verbunden mit einer Unterwerfung unter die vergehende Zeit. Wichtig dabei ist auch, dass davon zwei Personen betroffen sind, was die Entscheidungsfreiheit des Einzelnen einschränkt. So stellt sich die Frage, was es mit den Analytikern¹ macht, wenn sie sich verabschieden müssen, wenn nach hoffnungsvollem Beginn eines Tages der Schluss da ist, wenn eine Zeitspanne unwiederbringlich zu Ende geht. In seinem Praxisalltag muss der Analytiker sich immer wieder damit befassen, dass langjährige Analysen abgeschlossen werden und neue Behandlungen beginnen. So ist für ihn, der ja seinen Beruf ausübt, das Kommen und Gehen Teil seiner professionellen Identität; letzte Kontakte gehören zu seinem Berufsleben und erfordern von ihm eine Haltung, diese Trennungen in für die Patienten förderlicher Weise zu vollziehen. Dass man sich wissenschaftlich nur am Rande um das Ende gekümmert hat, mag mit dieser Aufgabe zu tun haben, die dem Analytiker zufällt: Er geleitet seinen Patienten durch diesen Abschied, ohne die eigene Befindlichkeit gänzlich zu verleugnen, wohl aber

¹ Mit den Begriffen »Analytiker« und »Analysand« sowie »Therapeut« und »Patient« sind immer auch »Analytikerin« und »Analysandin« sowie »Therapeutin« und »Patientin« mit gemeint; lediglich dann, wenn es auf die geschlechtliche Differenzierung ankommt, wird dies im Text ausgeführt.

durchaus in der Wahrnehmung der Gesamtsituation. Das bedeutet, dass er mit eigenen Trennungserfahrungen konfrontiert wird, sich mit diesen auch auseinandersetzt, aber immer wieder zuerst den Patienten und dessen Abschied sieht. Seine Gegenübertragung kann hier besonders hilfreich sein, wenn es ihm gelingt, die bei ihm entstandenen Gefühle differenziert zu betrachten. Nach der letzten Stunde steht aber auch er allein da, sein Analysand ist gegangen, er hat mit diesem Menschen und mit dem, was beide bisher verbunden hat, keine Zukunftsperspektive mehr. In *Die leere Couch* von Gabriele Junkers (2013) wird diese Erfahrung dargestellt. Der trauernde Analytiker ist möglicherweise nicht oder nur wenig motiviert, sich mit diesen Gefühlslagen zu befassen und darüber zu forschen, wie letzte Kontakte verlaufen und welche Probleme oder auch Chancen sie mit sich bringen.

Für den Analysanden stellt sich die Abschiedssituation dagegen so dar, dass er eine einschneidende Erfahrung macht, die in sein weiteres Leben einfließt. Nach vielen Jahren intensiver Arbeit, in denen er die wichtigsten Themen seines Lebens durcharbeiten konnte, trennt er sich von seinem Analytiker mit dem Ziel, Konflikte und Probleme in Zukunft allein zu bewältigen. Zwar ist er wieder allein, wie vor der Analyse – wenn »allein« definiert ist als ein Alltag ohne Sitzungen, ohne reale Begegnungen mit seinem analytischen Gegenüber. Dass er aber anders ausgestattet ist für sein weiteres Leben, dass er über ein neues – benignes – Introjekt verfügt, dass er einen anderen Blick auf sich selbst und auf die Welt gewonnen hat, das macht den Unterschied zu der Zeit vor der Analyse aus. Der letzte Kontakt kann einerseits als äußerer Abschluss einer jahrelangen Objekterfahrung verstanden werden, andererseits aber auch als Weichenstellung für einen veränderten Zugang des Analysanden zu seiner sozialen und mitmenschlichen Umgebung. Vielleicht führt diese doppelte Botschaft am Ende einer psychoanalytischen Behandlung beim Patienten dazu, dass er sich weniger der Trauer und umso mehr seinen neuen Möglichkeiten zuwenden möchte. So lässt sich gut verstehen, dass die Befassung mit den eigenen Trennungen, häufig traumatischer Natur,

am Schluss weniger thematisiert wird als die Erwartungen an die zukünftige Lebensgestaltung. Je intensiver das Trennungsthema in der Analyse durchgearbeitet worden ist, desto fruchtbare kann sich die Trauerarbeit des Patienten bis zum Ende seiner Behandlung entwickeln. In der unwiederbringlich letzten Stunde zeigt sich dann bei jedem Analysanden in unterschiedlicher Gewichtung, wie er seine Traurigkeit durch Aufbruchsstimmung überspielt, wie er statt Verlassenheitsängsten Zuversicht thematisiert.

»Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne« – und jedem Ende?

Über das Beginnen – Erstinterviews, Vorgespräche – finden sich in der psychoanalytischen Literatur unzählige Beiträge, in denen ausgeführt wird, wie sich bewusste und unbewusste Kommunikation im Verlauf einer ersten Begegnung entwickeln. Sowohl der Analytiker als auch der potenzielle Analysand können in einer solchen Situation ausloten, ob sie sich eine gemeinsame Zeit miteinander vorstellen können. Das Erleben einer neuen Begegnung führt auf beiden Seiten zu Hoffnungen, Assoziationen, Übertragungsmanifestationen, mit denen beide Protagonisten sich beschäftigen und »spielen« können. Eine mögliche Entwicklung lässt sich prognostizieren, indem die Passung von Analytiker und Analysand auf den Prüfstand gestellt wird. Dass das in einer einzigen Erstinterview-Situation möglich sein soll, es da bereits zu einer Klärung kommen kann, wird sicherlich auch von Psychoanalytikern kritisch gesehen. Hier zeigt sich schon, dass der erste Kontakt zum Zauber werden kann, wie im Zitat oben von Hermann Hesse so meisterhaft formuliert. Alles, was in diesem Anfang passiert, geht ja weit über das gesprochene Wort, die Gesten, die Körpersprache und vermittelte Inhalte und Einsichten hinaus. Es ist ein Entwurf in die Zukunft, ein Versprechen einer gemeinsamen Anstrengung mit dem Ziel, Wesentliches zu finden, über bewusste Belange dahin zu kommen, wo unbewusste Barrieren einen Zugang blockieren und eine Auseinandersetzung verhindern.

Nicht jeder Erstkontakt verläuft allerdings nach solchen nahezu idealen Vorstellungen; es wird ja misstraut, gezögert, Skepsis gezeigt – und da können die Protagonisten schon ins Stolpern kommen oder gar unerwartet auf glattem Boden ausrutschen. Es wird dann eine schwierige Aufgabe sein, die Fortsetzung

einer solchen Begegnung einzuschätzen und die Risiken abzuwägen, mit denen man in Zukunft zu tun haben wird. Hier ist in erster Linie der Analytiker gefragt, der aufgrund seiner Erfahrungen und seiner Gegenübertragungsgefühle zu der Entscheidung beitragen wird, ob man miteinander arbeiten kann.

Einfacher ist diese erste Stunde zu beurteilen, wenn der Eindruck überwiegt, dass eine gemeinsame Basis sich nicht finden ließ. Wenn positive Fantasien über die zukünftige gemeinsame Arbeit sich nicht einstellen wollen, weder beim Analysanden noch beim Analytiker, wird es nicht sonderlich schwer fallen, andere Lösungen bereitzustellen, mit denen beide sich einverstanden erklären. Am schwierigsten wird allerdings die Erstinterview-Situation sein, in der einer der Protagonisten sich eine günstige Entwicklung vorstellen kann, der andere eher nicht. Kann sich der Analysand dann auf die Erfahrung des Analytikers verlassen und den Versuch wagen, dessen Votum zu akzeptieren und es zu versuchen? Oder kann der Analytiker – entgegen seiner Vorbehalte – den Analysanden vielleicht probeweise annehmen? Alle diese Situationen machen deutlich, dass es um einen Entwurf für die Zukunft geht, um eine Vorausschau auf Entwicklungen, die durch den Einbezug unbewusster Manifestationen eingeschätzt werden sollen. Zwar ist das ein schwieriges Unterfangen, aber die Weichen sind dahin gestellt, dass es vorangeht, Aufbruch ange sagt ist, Perspektiven angedacht werden. »Es geht weiter« kann als Motto dieser Begegnungen gelten, selbst wenn es zunächst keine bindende Vereinbarung zwischen diesem Analysanden und diesem Analytiker gebe sollte.

Ganz anders der letzte Kontakt: Wenn nach vielen Stunden unwiderruflich die letzte stattfindet, wenn die Analyse beendet werden muss/kann/soll, dann ist es zunächst einmal nicht so leicht zu sagen, dass es weitergeht. Die Protagonisten sehen sich nicht mehr zu regelmäßigen Sitzungen, der Analysand wird in sein Leben »entlassen«, er soll allein zurechtkommen; beide Seiten hoffen, dass er diesem Anspruch gerecht werden wird. Statt einer Vision, weitere unbewusste Bereiche zu entschlüsseln und

viel mehr als bisher zu sehen und zu verstehen, wird vom Analygenden verlangt, mit dem in der Analyse Erreichten allen Schwierigkeiten zu begegnen, auf die er weiterhin treffen wird. Wie sich hier schon zeigt, ist das »Es geht weiter« zu Beginn der Gespräche ein in die Zukunft weisendes, zunächst äußeres Motto. Dagegen fühlt sich nach abgeschlossener Analyse das Ende der Sitzungen und damit der Begegnungen für beide, den Analysanden und den Analytiker, als tatsächlicher Schluss an. Möglicherweise ist das Ende von Psychoanalysen deswegen so wenig diskutiert, weil ja tatsächlich die intersubjektive Perspektive mit den vielfältigen Fantasien real über keinen Ort zum Austausch mehr verfügt. Bei Freud findet sich die Frage, »ob es ein natürliches Ende einer Analyse gibt, ob es überhaupt möglich ist, eine Analyse zu einem solchen Ende zu führen« (Freud, 1937b, S. 62f.). Zugleich sagt er aber, er beabsichtige nicht, zu behaupten, die Analyse sei »überhaupt eine Arbeit ohne Abschluß«, und hält fest: »Wie immer man sich theoretisch zu dieser Frage stellen mag, die Beendigung einer Analyse ist, meine ich, eine Angelegenheit der Praxis« (ebd., S. 96). Dem nachzugehen und Fragen zur Beendigung aus der Praxis zu beleuchten, soll das Ziel der hier dargestellten Überlegungen zu Prozessen und Erfahrungen sein.

»Es geht weiter« bekommt zum Abschluss der gemeinsamen Arbeit dennoch eine Bedeutung: Nach der Analyse, so die Erwartung der Analytiker, verfügen die Analysanden über eine veränderte Innenwelt und einen Zugang zu inneren Objekten, der es ihnen möglich macht, auf die vielen Herausforderungen des Lebens ohne reale Kontakte zum Analytiker zu reagieren. »Es geht weiter« heißt in diesem Sinne, dass die innere Welt des Analysanden sich so verändert hat, dass seine Ausstattung ihm nun eine Lebensführung erlaubt, die sich unbeschwerter, Ich-näher, authentischer, bejahender, reflektierter, selbstsicherer, weniger bedroht darstellt. Im Zuge dieser Entwicklung werden Wiederholungszwänge, negative Übertragungen, Ängste und Zweifel an den Rand gedrängt. Das Innen nach der Analyse zu beforschen, ist ja auch deswegen so schwierig, weil bei glücktem Verlauf ver-

mutlich weitere analytische Fragestellungen beim Analysanden an Bedeutung verlieren, wohl aber der Analytiker seine eigenen Interessen darstellen müsste. Freud hatte von einem Junktim zwischen Forschen und Heilen gesprochen, im Nachhinein gestaltet sich diese Verknüpfung aber als besonders problematisch. Wenn über das Ende einer Analyse hinaus weitere Erkenntnisse gewonnen werden sollten, müsste es um ein Forschen nach der »Heilung« gehen, mit allen theoretischen, methodischen und auch praktischen Überlegungen. Ein solches Forschen könnte nur in größerem Kontext geleistet werden, nicht in der Bearbeitung von Kasuistiken in der Einzelpraxis. Wie groß der Aufwand solcher umfassenden Studien ist, lässt sich zum Beispiel an Wallerstein (1986) aufzeigen, in dessen Projekt über Jahrzehnte auch die Entwicklung der Patienten nach Beendigung der Psychotherapien miteinbezogen wurde.

Der Blick auf die Übertragungsentwicklung im Ablauf der letzten Stunde, vor allem durch die Analyse der Gegenübertragung, ist ein genuin analytisches Prozedere – aber ohne Fortführung? Muss man nicht fragen, ob ein solches Vorgehen letztlich nicht vergeblich ist, weil dann die realen Kontakte endgültig beendet sind? Sind Analysand und Analytiker am Ende verloren in einer realen Trennung? Was über diese letzte Stunde hinaus bleibt, bleiben kann, was sich im Vergleich zu der Zeit mit Analysestunden definitiv verändert, soll durch die folgenden Überlegungen genauer angeschaut werden.

Was beim Analysanden nach seiner Behandlung bleiben kann: Nach abgeschlossener Analyse wird er sich an vieles erinnern, was in der Zeit seiner Behandlung von Bedeutung war: an im Vergleich zu früher veränderte Sichtweisen, an einzelne Themen, die besonders im Gedächtnis haften, an eine Präsenz, die vorher unbekannt war, an die Aufwertung eigener Kreativität durch das Objekt. Die Erkenntnis, dass es in der Zeit vor der Behandlung nicht nur negative Erfahrungen gab und dass aufgearbeitet werden konnte, was sich als belastend und entwicklungshemmend herausgestellt hatte, hat sich positiv auf das meist beschä-

digte Selbstvertrauen ausgewirkt. In der Bearbeitung früherer destruktiver Objektbeziehungen haben sich neue Einsichten gewinnen lassen, initiiert durch die Erfahrungen innerhalb des psychoanalytischen Prozesses. Wie wichtig hier die Entwicklung von Übertragungs- und Gegenübertragungs-Manifestationen war, hat sich vielfältig auch in den letzten Kontakten gezeigt. Schließlich war eine Trennung möglich, vorbereitet durch kontinuierliches Durcharbeiten, in dessen Verlauf bisherige Trennungstraumata nicht mehr wiederholt werden mussten. Die Identifikation mit dem Analytiker vermindert zudem das Angstniveau des Analysanden, der sich über das Ende hinaus zuversichtlich zeigen kann.

Was sich für den Analysanden ändert: Dass es nach dem Analyseende keine weiteren Sitzungen mehr gibt, dass sich die Wege von Analytiker und Analysand trennen, steht außer Zweifel. »Die Analyse ist beendet, wenn Analytiker und Patient sich nicht mehr zur psychoanalytischen Arbeitsstunde treffen«, definiert Freud (1937b, S. 63) den Schluss der Behandlung. Darüber hinaus finden sich bei ihm keine weiteren Ausführungen, in denen er die Situation des Analysanden (und auch die des Analytikers) nach der endgültigen Trennung betrachtet hätte. Hierzu gibt es aber sicher viel zu bedenken: Nach der Analyse wird die Distanz zum Analytiker größer, es kommt zum Vergessen von Einzelheiten, die in die Gesamtentwicklung wie eingeschmolzen sind. Der Analysand verfügt jetzt über größere Unabhängigkeit, er beurteilt sein Handeln in Eigenregie, auf der Basis eines neuen Maßstabes, den er sich in der Analyse angeeignet hat. Beim neuen Objekt (dem Analytiker) besteht in der Realität kein Rückhalt mehr; vielmehr ersetzt der Patient Introjekte aus früheren Zeiten durch dieses neue – mit vielfältigen Auswirkungen, wie zum Beispiel bei der Abwehr destruktiver Erfahrungen. Dass es machbar geworden ist, sich ohne Retraumatisierung zu trennen, gehört zunächst zu den Veränderungen. Trennung wird nicht mehr als tödliche Gefahr fantasiert, und die größere Angsttoleranz verhilft zu größerer psychischer Freiheit. Dass diese Veränderungen letztlich dahin führen, dass sie dem Analysanden dauerhaft bleiben, zeigt die Schwierigkeit einer trennscharfen Betrachtung auf.

Grenell (2004, S. 1085) verbindet Anfang und Ende einer Analyse mit folgender Überlegung: »Manche halten die mikroskopischen oder verdichteten Aspekte der analytischen Erfahrung, die in der Endphase sichtbar gemacht werden, für ebenso charakteristisch wie die erste Sitzung einer Analyse. Während die erste Sitzung ahnen lässt, wird in den letzten Analysestunden rekapituliert.« Die Endphase verschmelze noch offene Themen aus der Analyse und fokussiere sie, sodass es zu einer Art Verdichtung komme, die »durch zeitliche Zwänge die potentiell unfassbare Erfahrung in einem fassbaren Container zusammenfallen lässt« (ebd.). Er verweist zudem auf Ogden (2006 [1989], S. 191), der von einer Einengung in der Endphase spreche, bei der das Erleben des analytischen Prozesses sich allmählich vom gemeinsamen analytischen Raum in die Psyche des Analysanden verschiebe.