

Mathias Hirsch
Die Therapie als Beziehungsraum

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 – 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, kulturalistischen und politischen Bezüge vernachlässigt. Indem der Dialog mit den Nachbarwissenschaften wieder aufgenommen 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 Therapieerfolge 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

Mathias Hirsch

Die Therapie als Beziehungsraum

Modifizierte psychoanalytische Traumatherapie

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

© 2022 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, 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: Paul Klee, *Kampfszene aus der komisch-phantastischen
Oper »Der Seefahrer«*, 1923

Umschlaggestaltung & Innenlayout nach Entwürfen

von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

Satz: metiTec-Software, www.me-ti.de

ISBN 978-3-8379-3180-8 (Print)

ISBN 978-3-8379-7900-8 (E-Book-PDF)

Inhalt

Vorwort	9
----------------	---

Beziehung

Separated yet interrelated	15
-----------------------------------	----

Zur Funktion von Grenzen in professionellen
und nicht-professionellen Beziehungen

Geheimnisvolle Kanäle der Ansteckung	31
---	----

Empathie, Identifikation, Übertragung, Resonanz

Ozeanisches Gefühl	39
--------------------	----

Massenpsychologie: Aufgehen in der Masse	40
--	----

Musik und Körper	42
------------------	----

Übertragung – Gegenübertragung – projektive Identifikation	44
--	----

Implizites Beziehungswissen – Empathie – Intuition	46
--	----

Transgenerationale Transmission	50
---------------------------------	----

Schlussbemerkung	52
------------------	----

Psychoanalytische Traumatherapie

Modifizierte psychoanalytische Therapie traumatisierter Patienten	55
--	----

»Sympathie«	57
-------------	----

Holding	57
---------	----

Containing	58
------------	----

Metaphorische Deutung	63
-----------------------	----

Psychodramatische Elemente	66
----------------------------	----

Körpergegenübertragung	69
------------------------	----

Grenzen setzen	70
Benennung der Realität – der Supervisionsaspekt der Therapie	72
Schlussbemerkung	75
Psychoanalytische Therapie mit Opfern inzestuöser Gewalt	77
Idealisierende Übertragung	79
Negative Mutterübertragung	81
Durcharbeiten	84
Schuld, Scham und Trauer	87
Trennung	90
Schlussbemerkung	91
Negative therapeutische Reaktion als Beziehungskrise	93
Die Rückkehr zum »alten« Objekt	
als Ausdruck der Abhängigkeit von ihm	97
Negative Übertragung und projektive Identifikation	104
 Spezielle Aspekte	
 Die Bedeutung des Körpers in der psychoanalytischen Therapie	109
Die Kommunikationsfunktion des Körpers	111
Der beschädigte Körper in der therapeutischen Beziehung	116
Körperkontakt	119
Schlussbemerkung	122
 Liebe in der Psychotherapie – unmöglich, erwünscht, gefährlich?	125
Spektrum der Liebe	127
Narzisstische Liebe	132
Sexueller Missbrauch in der Therapie	133
 Humor, Ironie und Spott in der analytischen Psychotherapie	139
Humor in der Psychotherapie	145
Schlussbemerkung	156

Gruppenpsychotherapie

Traumatisierte Patienten in der Gruppenpsychotherapie	161
Indikation und Zusammensetzung der Gruppe	164
Die Gruppe als Container	165
Triangulierung	168
Multiple Identifikationsangebote	171
Übertragungsspaltung	174
Schlussbemerkung	175
Täter und Opfer sexueller Gewalt in einer therapeutischen Gruppe	177
Über umwandelnde Gegen- und Kreuzidentifikationen	
Diskussion	183
Die Kombination psychoanalytisch orientierter Einzel- und Gruppenpsychotherapie in der ambulanten Behandlung	189
Spaltungsübertragung	191
Multiple Übertragung	192
Zur Indikation	194
Omnipotente Objektmanipulation	197
Zwei Therapeuten	199
Warum nicht Gruppenpsychotherapie allein?	201
Nachteile der kombinierten Einzel- und Gruppenpsychotherapie	202
Schlussbemerkung	203
Literatur	205

Vorwort

Für die Psychotherapie traumatisierter Patienten¹ verwendet man den Begriff »Modifizierte psychoanalytische Psychotherapie«, denn Modifikation bedeutet ja Veränderung des Bestehenden und auch Anpassung an neue Erkenntnisse und Auffassungen. Nicht nur das Setting des ursprünglichen Standardverfahrens wurde verändert, um schwerer gestörten, traumatisierten Patienten besser gerecht zu werden, auch die Haltung des Analytikers wurde angepasst: Die Deutung durch einen Wissenden steht nicht länger im Vordergrund; vielmehr geht es um Interaktion, um die Antwort auf das So-Sein des Patienten, um seine Mitteilungen und nicht nur um die verbalen Äußerungen in der intersubjektiv verstandenen therapeutischen Beziehung. »Beziehung geht vor Deutung«, sagte einmal die Psychoanalytikerin Almuth Sellschopp. Abstinenz kann so nicht mehr als Forderung weitgehender Zurückhaltung (»Neutralität«) verstanden werden, sondern bedeutet eher, dass alles, was in der therapeutischen Beziehung geschieht, die Entwicklung des Patienten fördern und nicht etwa die narzisstischen oder noch darüber hinausgehenden Bedürfnisse des Analytikers oder Therapeuten bedienen soll.

Die Therapie von Opfern traumatischer Gewalt erfordert die Externalisierung des traumatischen Introjekts in die Übertragungsbeziehung, wodurch sowohl die Loslösung vom Introjekt als auch die Bearbeitung seiner erfolgten Assimilation durch Identifikation (mit dem Aggressor) und

¹ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwende ich in der Regel das generische Maskulinum; wenn es nicht ausdrücklich um ein bestimmtes Geschlecht geht, sind alle Gendervariationen gemeint.

deren Aufgaben möglich werden. Für eine solche »aktive« psychoanalytische Therapie sind folgende Punkte essenziell: Erstens die Benennung der Realität des Traumas durch den Therapeuten und seiner heute im Wiederholungszwang hergestellten Entsprechungen, zweitens die abgeschwächte, zunehmend symbolische Wiederholung des Traumas in der Übertragung und die Projektion seiner Inhalte, verbunden mit der Erfahrung abgespaltenen Gefühle von Angst, Aggression und Sexualisierung, drittens werden positive, auch sexuelle, und aggressive Gegenübertragungsgefühle des Therapeuten zu gegebener Zeit kommuniziert, dadurch wird die Differenzierung von Subjekt und Objekt gefördert und Grenzen zwischen Innen und Außen werden gefestigt. Die fortwährende Differenzierung zwischen irrationalen Schuldgefühl, realisiertem Schuldbewusstsein und realer Schuld sowie deren Anerkennung ist besonders wichtig, verbunden mit Scham und Trauer, die eine Ablösung vom Introjekt begleiten. Darüber hinaus lassen sich vier Therapiephasen unterscheiden: Die globale positive Mutter-Übertragung, die paranoide negative Mutter-Übertragung, das Durcharbeiten des Traumas (Angst, Wut, Schuldgefühl, Scham, Trauer) und schließlich die Trennungsphase.

Die traumatische Einwirkung schädigt die Symbolisierungsfunktion, was mit dem Trauma zusammenhängt kann nicht gedacht werden. Gleichzeitig dissoziieren die dem Trauma entsprechenden Affekte, die das Ich zu überschwemmen drohen; die Affektregulierung versagt. Psychoanalytische Psychotherapie traumatisierter, also persönlichkeitsgestörter Patienten hat zum Ziel, das im Wiederholungszwang (auch in der Übertragung) konkretisierend Agierende auf höhere Symbolstufen zu heben durch Interpretation, Narration und Verwendung von Metaphern. Aber auch der kontrollierte Ausdruck von Affekten durch den Therapeuten durchbricht unter Umständen die Abwehr von affektivem Beziehungserleben, wodurch ein verbales Durcharbeiten der traumatisierenden Beziehung, insbesondere der Schuldgefühldynamik, erst möglich wird. Psychotherapie wird so zu einer Trennungs- und Trauerarbeit, sie ermöglicht die Trennung vom traumatischen Introjekt und die Gewinnung größerer Autonomie.

Die therapeutische Beziehung also steht im Zentrum des vorliegenden Buches, darüber hinaus werden weitere spezielle Bereiche behandelt, zum Beispiel die verschiedenen Formen der Liebe, die auch in der therapeu-

tischen Beziehung entstehen können, die Kommunikationsfunktion des Körpers, und auch der Humor soll nicht zu kurz kommen. Analytische Gruppenpsychotherapie ist für schwerer gestörte Patienten besonders wirkungsvoll. Hier ergeben sich für die Patienten zahlreiche Möglichkeiten der Identifikation und der Konfrontation mit den anderen Gruppenmitgliedern, und gerade weil die Gruppe immer eine trianguläre Situation darstellt, können durchaus heftige Affekte, die dem Traumaerleben entsprechen, zugelassen und aufgefangen werden.

Mein frühes Interesse an der Psychodynamik der Traumatisierung in der Familie, besonders des sexuellen Missbrauchs, hatte natürlich Folgen für meine psychoanalytische Praxis. Über die Jahre konnte ich vielfältige Erfahrungen zur ambulanten Psychotherapie traumatisierter Patienten sammeln. Die einzelnen Kapitel des vorliegenden Buches sind zum geringeren Teil unveröffentlicht, die anderen sind an verschiedenen Orten erschienen und überarbeitet worden. Damit der rote Faden erhalten bleibt und der Lesefluss nicht gestört wird, habe ich Überschneidungen nicht immer völlig vermieden. Ich danke den Verlegern des Psychosozial-Verlags für die Gelegenheit, die Beiträge wieder zugänglich zu machen.

Beziehung

Separated yet interrelated²

Zur Funktion von Grenzen in professionellen und nicht-professionellen Beziehungen

Der Begriff »separated yet interrelated«, der aus Donald W. Winnicotts Denken und seiner Theorie des Übergangsobjekts (1971) stammt, scheint mir auf das Wesen der Beziehungen zwischen Menschen hinzuweisen. Dieser Gedanke des *getrennt und doch miteinander verbunden* betont erstaunlicherweise das Getrenntsein zweier in Beziehung zueinander stehender Menschen (die Psychoanalyse neigt dazu, von »Objekt« zu sprechen) eher, als ihre Verbindung, woran wir sonst zuerst denken, wenn es um Beziehung geht. Sind zwei Objekte getrennt, verläuft zwischen ihnen eine Grenze, die ja eigentlich erst einmal das Trennende betont. Aber eine Grenze bezeichnet beides: Sie trennt zwei Individuen oder Gebilde wie Staaten, Areale oder auch Ansichten und Gesinnungen, aber sie ist auch die Verbindungs- oder Nahtstelle, an der ein Kontakt, die Verbindung mit dem Anderen, stattfindet. Didier Anzieu (1991 [1985]) hat dieselbe Doppelfunktion der Haut postuliert, die er sowohl als Grenze des Körpers verstand, als auch als Kontaktorgan, durch das der Einzelne Berührung erfährt.

Ich möchte Winnicott so verstehen, dass es, und das ist meine zentrale These, keine Beziehung zwischen Individuen gibt, ohne dass beide voneinander getrennt wären. Auch zwei sich heftig Liebende brauchen einen Abstand voneinander, um sich zu sehen, sich zu erkennen und kennenzulernen, und erst im Liebesakt schwindet der Abstand, das Getrenntsein, und weicht vorübergehend einer grenzenlosen Vereinigung, einem Eins-Sein, und das ist ja auch der – oder ein – Sinn der Sache.

2 Mein Eröffnungsvortrag anlässlich der 23. Inscape-Jahrestagung in Köln am 25. und 26.10.2019 (unveröffentlicht).

Winnicott stellt sich erst einmal den jungen Säugling vor, der das äußere Objekt nicht als außerhalb von sich konzipieren kann. Er kann es schon erkennen, kann reagieren, kann sogar verschiedene Objekte unterscheiden, er hat aber noch keinen Begriff und bildet keine psychische Repräsentanz von ihm (Fonagy et al., 2004 [2002]). Sigmund Freud (1923b) zufolge beginnt der Säugling die Unterscheidung von innen und außen mit der Entdeckung des eigenen Körpers, den er als different von den Objekten der Außenwelt wahrnimmt. Berührt er ein äußeres Objekt, hat er nur die Empfindung an der Hand, berührt er ein eigenes Körperteil, hat er zwei Tastempfindungen, und diese Differenz lässt ihn unterscheiden zwischen »Ich« und Außenwelt; später dämmert ihm allmählich ein Begriff von psychischem Ich oder Selbst auf, er lernt auch Körpersensationen von Affekten zu unterscheiden (vgl. Hirsch, 2018).

Winnicotts geniale Idee ist nun die vom Übergangsobjekt, das dem Säugling die Entwicklung vom ersten Stadium der Undifferenziertheit zu dem der Anerkennung des Getrenntseins von den Objekten der Außenwelt, natürlich besonders der Trennung von dem wichtigsten, der Mutter, ermöglicht. In diesem Zwischenstadium oder Zwischenraum, zeitlich und räumlich, schafft sich das Kleinkind ein Übergangsobjekt, den bekannten Teddybären oder die Schlafdecke, englisch treffend auch *security blanket* genannt. Winnicott (1979 [1971]) betont:

»Natürlich ist es nicht das Objekt, das einen Übergang darstellt. Das Objekt repräsentiert den Übergang des Kindes aus einer Phase der engsten Verbundenheit mit der Mutter in eine andere, in der es mit der Mutter als einem Phänomen außerhalb seines Selbst in Beziehung steht« (ebd., S. 25).

Und Winnicott sagt auch:

»Daß es, obwohl es real ist, *nicht* die Brust (oder die Mutter) *ist* – diese Tatsache ist ebenso wichtig wie die andere, daß es die Brust (oder die Mutter) *bedeutet*« (ebd., S. 15 [kursive Hervorheb. im Orig.]).

Also ist es gar nicht der Teddybär oder die Schlafdecke oder ein anderes konkretes Objekt, es ist das in der Fantasie des Kindes sozusagen aus ei-

gener Macht geschaffene Mutter-Surrogat, ihr Stellvertreter, über den das Kind eine phantasmatische Macht besitzt.

Ein zweieinhalbjähriger Junge warf sein Lieblingspüppchen voller Wut (die wohl eigentlich den Eltern galt) auf den Boden, trampelte auf ihm herum und schrie: »Ich töte dich, ich töte dich!« Als der Junge sich später abreagiert hatte, hob er es auf mit den Worten: »Ich nehm' dich auch als tot.«

Somit ergibt sich Winnicott zufolge ein Paradox: »Das Kleinkind erschafft das Objekt, aber das Objekt war bereits vorher da, um geschaffen und besetzt zu werden« (ebd., S. 104). Und Winnicott fasst es noch einmal zusammen:

»Das Objekt ist ein Symbol für die Einheit von Kleinkind und Mutter (oder einem Teil der Mutter). Dieses Symbol kann lokalisiert werden. Es steht an der Stelle in Raum und Zeit, wo das Kind beginnt, sich die Mutter nicht länger als Teil seines Selbst vorzustellen, sondern sie als Objekt wahrzunehmen. Die Verwendung eines Objekts symbolisiert die Einheit der jetzt voneinander getrennt erlebten Wesen Kind und Mutter *an der Stelle in Raum und Zeit, wo sich ihre Trennung vollzieht*« (ebd., S. 112 [kursive Hervorheb. im Orig.]).

Es ist also nicht nur ein Objekt, ein Ding, sondern vielmehr ein Übergangsobjekt, vom Kind geschaffen; das Kind schafft sich einen Raum, einen Fantasieraum, einen Übergangsraum, einen »potentiellen Raum« (ebd., S. 127). In diesem Spielraum inszeniert das Kind aus eigener Macht Trennung und Vereinigung bzw. Ungetrenntsein, denn es ist real ohnmächtig. Winnicott (ebd., S. 54) gibt dazu ein Beispiel: Ein Junge interessierte sich extrem für Bindfäden, er band ständig Gegenstände zusammen. In einem Vorgespräch für eine Psychotherapie spielte er mit einem Faden, näherte sich der Mutter und berührte mit dem Fadenende wiederholt den Körper der Mutter: »Man konnte sich nicht dem Eindruck entziehen, daß er [...] diesen Faden als ein Symbol für die Einheit mit seiner Mutter benutzte. Offensichtlich verkörperte dieser Bindfaden gleichzeitig das Getrenntsein und die Einheit durch Kommunikation« (ebd.). Den gleichen Zweck wie

der Faden erfüllt das Haar, das eigene und das des »Objekts«. Der Faden repräsentiert das Haar der Mutter, der eine Verbindung zu ihr darstellt (vgl. Hirsch, 2010, S. 53ff.).

Es ist ja nicht so, dass der Mensch ein völlig abhängiges Säuglingswesen bleibt, andererseits entwickelt er sich aber auch nicht vollständig aus der Abhängigkeit heraus und ist fortan keineswegs absolut autonom. Natürlich geschehen Trennungen, aber lebenslang ist man auf Bindungen an und Beziehungen zu Anderen angewiesen. Sowohl Abhängigkeit als auch Autonomie sind doch sehr relative Begriffe, und nie wird man den basalen Autonomie-Abhängigkeits-Konflikt ganz lösen können. Wenn Freud (1930a) sich sicher war, dass Kultur hauptsächlich zur Regulierung aggressiver und sexueller Triebe notwendig sei, um soziales Zusammenleben zu ermöglichen, geht Winnicott (1979 [1971]) einen ganz anderen Weg. Nicht nur das Kind bewältigt im Spiel und mithilfe des Übergangsobjekts Trennungen und Getrenntsein, vielmehr haben alle Menschen in einem solchen Fantasie- und Spielraum bildende Kunst, Musik, Theater, Tanz, Religion – also Kultur – angesiedelt, um das Getrenntsein, ein existenzielles Allein-Sein, in ein globales Eins-Sein mit allen anderen Menschen, mit Gott, mit dem Universum, zu verwandeln. »Trennung wird jedoch gleichzeitig dadurch vermieden, daß der potentielle Raum mit kreativem Spiel, mit Symbolen und dem, was allmählich das kulturelle Erleben ausmacht, erfüllt wird« (ebd., S. 127).

Mein Thema ist Grenzen und Beziehung und Grenzen in Beziehungen. Winnicott denkt zuerst an die Mutter-Kind-Beziehung und die Entwicklung daraus, und dann erst an die Notwendigkeit, einen kulturellen Spielraum lebenslang zur Verfügung zu haben. Genau wie Heinz Kohut (1971a) postuliert, dass der Mensch lebenslang ein spiegelndes, bestätigendes Selbstobjekt braucht, wenn auch natürlich nicht so absolut wie im Säuglingsalter.

Ich möchte nun eine Verbindung von Winnicotts Gedanken zum Thema Beziehung herstellen: Ich denke, alle Beziehungen zu Menschen – zu »Objekten« – in späteren Lebensphasen beruhen auf den *Vorstellungen*, den *Bildern*, die man vom jeweils Anderen hat, zu dem man in Beziehung steht. Es gibt den Anderen gar nicht, es gibt ihn nur als Repräsentanz im Kopf des Einen; der wiederum existiert nur in der Vorstellung seines Gegenübers. Und diese Vorstellung vom Anderen wird