

1 Psychoanalyse – ein kleiner Überblick über einige zeitgenössische Themen

1.1 Psychoanalyse in Zeiten der Corona- und Klimakrise

Psychoanalytisches Denken war seit jeher gesellschaftskritisch. Schon früh stieß Freud (1905e, S. 176) bei seinem Versuch, psychisches Leiden als individuelles, lebensgeschichtlich bedingtes zu begreifen, auf die soziale und kulturelle Prägung neurotischer Konflikte:

»Aus der Natur der Dinge, welche das Material der Psychoanalyse bilden, folgt, dass wir in unseren Krankengeschichten den reinen menschlichen und sozialen Verhältnissen der Kranken ebenso viel Aufmerksamkeit schuldig sind wie den somatischen Daten und den Krankheitssymptomen.«

Die psychoanalytische Kulturkritik richtete den Blick auf gesellschaftliche Institutionen, Ideologien und politische Denkweisen, wie in der Gegenwart etwa den neoliberalen Wettbewerbsstaat. Dieser bringt ja nicht nur Verbesserungen zuvor ökonomisch benachteiligter Bevölkerungsgruppen und entsprechender Zugewinne an individueller Freiheit mit sich, sondern er trägt auch zu einem übersteigerten Anspruchs- und Leistungsdenken, zu einer immer größeren Hektik, zu übermäßigem Konsum und Ressourcenverbrauch und schließlich zur Umweltzerstörung, Klimaveränderung, Einschränkung der Artenvielfalt und möglicherweise auch zu Zoonosen bei.

Seit dem Frühjahr 2020 hielt eine Pandemie, deren Ende noch nicht abzusehen ist, die Welt in Atem. Je länger sie dauerte, desto gravierender wurden ihre Auswirkungen in psychosozialer und ökonomischer Hinsicht. Und obwohl erstaunliche Anstrengungen von Seiten der Politik und der

Bürger in unserem Land unternommen wurden, blieb aus psychoanalytischer Sicht dennoch eine schmerzliche Lücke.

Denn was in den vielen Verlautbarungen und in Talkshows, als den nahezu täglich stattfindenden medialen Bühnen der Politikererörterung, auf jeden Fall fehlte, war eine intensive Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen tieferliegenden Ängsten, welche diese Pandemie in nahezu jedem Einzelnen wachrief. Drohender Arbeitsplatzverlust, Reduzierung unbefangener sozialer Kontakte, Verbannung von Kindern und Jugendlichen in die häusliche Isolation und die Gefährdung von Bildungschancen, Schließung von Sportstätten, Restaurants, Hotels sowie Reiseverbote schränkten auf unterschiedliche Weise das Leben mehr oder weniger drastisch ein. Aber welche existentiellen Ängste und subdepressive Stimmungen wurden dadurch ausgelöst? Welche Gefühle der Verlorenheit in der bislang einigermaßen vertrauten Welt tauchten hierdurch auf? Welche tiefsitzenden und zumeist verleugneten Befürchtungen vor der Endlichkeit des Lebens, vor unheilbaren Krankheiten, der Vereinsamung und dem Sterbenmüssen ließen sich nicht länger wegschieben? Welche intergenerationell überlieferten Traumatisierungen früherer Kriegs- und Nachkriegserfahrungen von Gewalt, Tod, Vertreibung und jahrelangem Flüchtlingsdasein lebten bei älteren Menschen wieder auf? Welche Folgen hatten diese Einschränkungen aber auch für das unbekümmerte Jungsein und Über-die-Stränge-schlagen-Dürfen von Kindern und Heranwachsenden? Wenn die Gefahren durch immer erneute Virusvarianten und den Klimawandel nicht länger verleugnet werden können, welche Zukunftsaussichten ergeben sich dann für die heranwachsende Generation? Fanden und finden diese – außerhalb therapeutischer Praxen – ausreichend Gehör?

Sehr viele der medialen Diskussionen kreisten nahezu ausschließlich um virologische und epidemiologische Fakten. Aber nur ganz selten kamen auch medizinsoziologische Erörterungen über den sozialen Status der von der Pandemie am meisten betroffenen Menschen mit prekären Lebens- und Arbeitsbedingungen zur Sprache; so gut wie nie wurde ausgeführt, dass die Ansteckung mit dem Virus mit solchen Zivilisationskrankheiten stark korreliert, die vermeidbar wären; ganz selten nur kamen in den Medien Psychologen und Psychoanalytiker zu Wort, die darauf hätten hinweisen können, wie sehr ein reflektiertes Umgehenkönnen mit psy-

chischen Belastungen und Konflikten zur Stärkung des Immunsystems beitragen kann.

Zwangsläufig hat die Corona-Pandemie Menschen in vielen Ländern dieser Welt von der herannahenden Klimakrise abgelenkt, weil es in erster Linie die Gesundheit und das ökonomische Überleben zu sichern galt. Und es stand zu befürchten, dass sobald der Befreiungsschlag gegen das Virus und seine Mutanten möglich würde, mit einer rasanten Aufholjagd in puncto Reisen, Mobilität, Konsum zu rechnen wäre.

Bereits der Umgang mit Corona-Verharmlosern und Impfverweigerern machte deutlich, wie rücksichtslos und wenig solidarisch ein Großteil dieser Menschen mit der Tatsache umgeht, dass es nicht in das Belieben des Einzelnen gestellt sein kann, wie man sich mit den Gefährdungen durch das Corona-Virus arrangiert. Man kann nicht naiv und egozentrisch darauf bestehen, sein Freiheitsstreben verwirklichen und sein Recht auf körperliche Unversehrtheit wahren zu wollen, ohne sich klarzumachen, dass man als Individuum unweigerlich Teil einer Gemeinschaft ist, von deren Leistungen und Solidarität das eigene Wohlergehen in nahezu jedem Augenblick abhängt. Auch wenn man diese Menschen gewiss nicht in einen Topf werfen kann, so muss man – abgesehen von denjenigen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht geimpft werden dürfen – die restliche, viel größere Gruppe differenziert betrachten: Da gibt es jene, die die Pandemie dazu benutzen, ihre Wut und ihre Neidgefühle auf »die da oben« endlich hinausbrüllen zu können, da gibt es »narzisstisch gestörte« Menschen und Psychopathen, denen die Gesundheit ihrer Mitmenschen völlig egal ist, da gibt es Personen mit paranoiden Ängsten, die einem Eingriff in ihren Körper aufgrund unbewältigter Traumatisierungen mit Todesangst begegnen, da halten viele an einem kindlich gebliebenen Denkmodus fest, dass sie nur ihrem »Bauchgefühl«, psychoanalytisch betrachtet, ihrem Äquivalenzmodus folgen. Und schließlich gibt es noch viele, die Heilslehren, esoterischem Denken, mitunter auch einem links-liberalen, aber gründlich missverstandenen Freiheitsdenken folgen und sich dabei für klüger und aufgeklärter halten als die große Masse der autoritätsgläubigen und ängstlichen Schafe, was letztlich wiederum ein narzisstisch motiviertes Überlegenheitsdenken ausdrückt.

Aber wie können wir es mit Blick auf die herannahende Klimakatastrophe dann erst schaffen, uns von der Illusion einer grenzenlosen Frei-

heit, bei der alles technisch und ökonomisch Machbare als erstrebenswertes Ziel imponiert, bei der jeder nach Belieben Ressourcen dieser Erde verschwenden darf, nach und nach zu verabschieden und eine Kultur der Rücksichtnahme auf alles Lebendige und die Natur zu verwirklichen, auch wenn dies mit erheblichen Einschränkungen lieb gewordener Gewohnheiten einhergeht? Allein schon die Vorstellung, sich von einem überdimensionierten, tonnenschweren und vermeintlich Geltung und Macht signalisierenden SUV trennen zu sollen, löst bei vielen Menschen heftige Aversionen aus.

Das immer wieder angeführte Argument, wie widersinnig und »freiheitsberaubend« eine Verichtslogik ist, sollte aber nicht übersehen lassen, welche Gestaltungsmöglichkeiten sich durch die dringend notwendigen Einstellungs- und Verhaltensänderungen ergeben können und welche neuen Lebensweisen vorstellbar würden, die jenseits von übermäßigem, oftmals auch unsinnigem Konsum und herkömmlichen Befriedigungen neue Horizonte an Sinn und erstrebenswerten humanen Wertvorstellungen erahnen ließen. Anders als genetische Prägungen könnten sich kulturelle Gepflogenheiten, auch wenn sie auf den ersten Blick wie in Stein gemeißelt erscheinen, dennoch verändern und durch diese Herausforderungen zu einer neuen Bewusstheit führen. Und sicherlich braucht es dazu nicht immer viele Monate dauernde Reflexions- und Veränderungsprozesse, wie sie sonst nur in guten psychoanalytischen Therapien erreichbar sind.

Diese Krise darf auch nicht übersehen lassen, dass wir bereits seit Jahren vor dem in vielerlei Hinsicht gefährdeten Zustand unserer Welt gewarnt wurden. Denn vor allem der Klimawandel, der übermäßige Ressourcenverbrauch sowie das Artensterben bedrohen auf massive und kaum vorstellbare Weise unsere Zivilisation. Immer wieder haben sich auch Psychoanalytiker zu diesem Thema als Spezialisten für die triebhafte Dynamik von Gier, das Nicht-verzichten-Wollen auf ein maximal lustvolles Leben, übermäßigen Geltungsdrang, die Gleichgültigkeit gegenüber der Aufrechterhaltung unserer Lebensgrundlagen und den vom Klimawandel besonders bedrohten Völkern sowie die selbstvergessene Destruktivität mit einer »Nach mir die Sintflut-Haltung« Gedanken gemacht und sich in der Öffentlichkeit dazu geäußert. Autoren wie Harold Searles (1972, über »Unbewusste Prozesse im Umgang mit der Umweltkrise«) und hierzu-

lande auch Horst-Eberhard Richter galten in jenen Jahren noch als einsame Rufer. Spätestens seit den Veröffentlichungen von Paul Parin beispielsweise über die Zürcher Unruhen (1980) wurden dann aber immer stärker auch ökologische Fragen Thema von psychoanalytisch sozialpsychologisch engagierten Autoren. Unvergessen bleibt etwa Parins Verständnis für die Jugendlichen, deren Graffiti-Sprüche an Zürcher Bürgerhäusern und auf Transparenten mit dem Satz endeten: »Wir haben Grund genug zum Weinen, auch ohne euer Tränengas«. Und: »Wir wollen nicht länger zusehen, wie ihr uns die Welt kaputt gemacht habt!« (Parin 1980, S. 1063). Vier Jahrzehnte später hielt die engagierte Greta Thunberg in ihrer Rede beim UN-Klimagipfel mit Emphase der Elterngeneration entgegen: »How dare you!«.

Bei der gegenwärtigen Auseinandersetzung, warum so viele Menschen immer noch über den bedrohlichen Klimawandel hinwegsehen, treten ganz offenkundige Widersprüche auf. Denn obwohl die meisten von uns wissen, dass wir unser Verhalten, unsere Art zu wirtschaften und zu konsumieren verändern müssen, wollen wir dennoch weiterhin so leben wie bisher. Habibi-Kohlen (2020, S. 19) spricht von einer »Depressionsabwehr«, die mit »triumphalen Gefühlen der Machbarkeit« und immer stärkeren manischen Expansionswünschen einhergeht und die gefühlte Bedeutungslosigkeit des Klimawandels entsprechend verstärkt.

Freud (1912e) erwähnte gegenüber Ärzten, die glaubten, mit schnellen Interpretationen der unbewussten Motive Veränderungen bei ihren Patienten herbeiführen zu können, dass dies vergleichbar mit dem Austeilen von Menükarten zu Zeiten einer Hungersnot sei. Änderungen könnten nur erreicht werden, wenn die Deutungen den Patienten gefühlsmäßig wirklich berühren und wenn es gelänge, die allgegenwärtige Abwehr zu berücksichtigen. Diese ist aber zunächst und manchmal für längere Zeit nicht bewusstseinszugänglich. Vernünftige Argumente sprechen uns zwar kognitiv an, erreichen aber nicht unsere emotionalen Tiefenschichten, in denen allein nachhaltige Veränderungen stattfinden können.

Wie kann es gelingen, unsere Abwehr gegenüber einem Reduzieren unseres lebensfeindlichen und klimaschädlichen Lebensstils zu verringern? Mit immer erneuten Appellen an die Vernunft? Mit dem unermüdlichen Aufzeigen, wie destruktiv viele Verhaltensweisen sind? Bereits in den ersten vier Monaten des Jahres 2021 hatten wir Deutsche einen Ressourcenver-

brauch erreicht, der für ein ganzes Jahr angemessen gewesen wäre. Bei US-Amerikanern und Australiern hatte sich diese Zahl sogar noch früher eingestellt. Es müssten also drastische Veränderungen im Lebensstil der privilegierten Weltbevölkerung erfolgen. Aber Argumente wie etwa, dass es im Belieben des Einzelnen stehe, vernünftig zu konsumieren, dass Vertrauen statt Überwachung das einzig sinnvolle Gebot sei, dass es der Markt schon regeln werde oder dass Veränderungen ausschließlich über technische Innovationen zu haben seien, aber keinesfalls mit ökodiktatorischen Maßnahmen, laufen ins Leere, stärken erneut nur die Abwehr und halten eine neoliberale Ideologie am Laufen.

Sollte es stattdessen immer wieder Zukunftsvisionen von einer besseren, gerechteren und glücklicheren Welt geben, in der die leise Stimme der Vernunft sich doch noch mit klugen sozial-ökologischen Transformationen behaupten kann? Denn Menschen wollen und müssen erfahren können, dass sie den unabwendbar erscheinenden Gefahren und Katastrophen sehr wohl etwas entgegensetzen können. Mit begrünten Fassaden und Grünanlagen sowie Beeten auf Hausdächern könnte es beispielsweise anfangen, mit Aufforstungen ganzer bisher dem Verkehr geopferter Straßenzüge in unseren Städten sich fortsetzen. Damit könnte für die grenzenlos gewordene Mobilität möglicherweise ein sinnvolles Korrektiv entstehen.

Die Psychoanalytikerin Donna Orange (2017) hat von einem »Klima-Notfall« gesprochen, der auch und vor allem von Psychoanalytikern dringende Hilfsmaßnahmen erforderlich mache. Eine radikale Ethik sei angezeigt, die Verantwortung für die unter der Klimakatastrophe am meisten Leidenden übernehmen müsse. Obwohl sich Psychoanalytiker tagtäglich mit dem Leid anderer Menschen befassen, scheuen sie – wie die meisten Menschen – aber noch davor zurück, sich mit den schwierigen und erschreckenden Herausforderungen des immer schneller eintretenden Klimawandels auseinanderzusetzen.

Die Psychoanalyse als Methode und Erkenntniserfahrung, die sich konsequent damit auseinandersetzt, dass wir mit vielen unbedachten Handlungen mehr Bedeutungen unseres Handelns und damit auch mehr Probleme erzeugen als wir zu verstehen und zu handhaben wissen, könnte uns dabei helfen, die trotz aller Hoffnungen und positiver Zukunftsvisionen dennoch verbleibende tragische Dimension unseres In-der-Welt-Seins

besser zu begreifen. Dann müssten wir die Widersprüche humaner, sozialer und ökologischer Art nicht länger wegschieben und verleugnen, sondern könnten uns damit noch gezielter und gedankenreicher als bislang auseinandersetzen.

Seit dem 24. Februar 2022 wird die Welt jedoch noch von einem anderen Ereignis in Atem gehalten, angesichts dessen der »Klimanotfall« und die Corona-Pandemie in den Hintergrund gerückt sind: dem grauenvollen Krieg in der Ukraine. Dieser hat Szenarien an atomarer Bedrohung wieder real werden lassen, die lange Zeit vor allem für die jüngere Generation unvorstellbar gewesen sind. Der größte Landkrieg in Europa und die größte Flüchtlingskrise seit dem Zweiten Weltkrieg haben unsere Welt für immer verändert.

Der russische Angriffskrieg hinterlässt neben dem unbeschreiblichen Unglück der betroffenen und traumatisierten Menschen den unabwiesbaren Eindruck, dass vieles, vielleicht sogar das Allermeiste, was uns bislang in der westlichen Welt als selbstverständlich erschien, verändert werden muss. Die naive Einstellung, dass der bisherige Lebensstil einfach fortgesetzt werden könne, sobald die letzte Krise überwunden sei, wird es angesichts der »Krisen-Permanenz« nicht mehr geben können. Die Politik wird ihren Bürgern deshalb einen Trauerprozess abverlangen müssen, wie er auch in jeder guten Therapie eine maßgebliche Rolle spielt: Die Welt realistisch so wahrzunehmen wie sie derzeit und vermutlich noch für längere Zeit ist bzw. sein wird. Sich mit den massiven Vertragsbrüchen, Gefährdungen, Abgründen und Zerstörungsprozessen zu konfrontieren und sich von einer bedenkenlosen Klimazerstörung, Verschwendung, der Illusion einer unbegrenzten Selbstverwirklichung sowie der Selbstverständlichkeit von immerwährendem Wohlstand in einer von Krisen geplagten Welt verabschieden zu müssen. Und sich auf diejenigen Werte zu konzentrieren, die das menschliche Miteinander und das Gemeinwohl sowie den rücksichtsvollen Umgang mit der Natur fördern und pflegen.

1.2 Psychoanalyse zurück an die Universität? Chancen und Probleme angesichts der Direktausbildung zum psychologischen Psychotherapeuten

In den 90er Jahren des 20. Jahrhunderts wurde die Psychoanalyse mit ihrem Aufklärungsanliegen in der Öffentlichkeit kaum noch wahrgenommen. Als Therapieverfahren galt sie als wissenschaftlich ohnehin nicht oder kaum beweisbar, auch wenn sie sich immer stärker empirisch positivistischen Ansprüchen, die von außen an sie herangetragen wurden, anpasste und versorgungspolitisch schien sie allenfalls nur noch für eine Gruppe von reflexiv begabten Menschen indiziert zu sein.

Auch wenn sich in den letzten Jahren deutliche und erstaunliche Anzeichen einer Veränderung in der Einschätzung der Psychoanalyse und analytischen Psychotherapie als Therapieverfahren ergeben haben, so bleibt doch das Unbehagen an ihr weiterhin deutlich ausgeprägt. Denn wer sich mit den unbewussten Vorgängen anderer Menschen beschäftigt und nicht nur psychisches Leid verringern möchte, sondern dabei durchaus auch Illusionen zerstört, kann nicht erwarten, vorbehaltlos akzeptiert zu werden. Aber gerade die gegenwärtigen politischen und gesellschaftlichen Vorgänge fordern zum Nachdenken darüber auf, wie eminent wichtig es ist, sich mit Machtansprüchen, Größen- und Unsterblichkeitsphantasien, Realitätsverleugnungen im Einzelnen, aber auch in Gruppen auseinanderzusetzen.

Dennoch wurde die Psychoanalyse aufgrund der berufspolitischen Weichenstellungen, die eindeutig eine dem Zeitgeist entsprechende, empirisch positivistische Psychologie mit verhaltenstherapeutischer Affinität bei Lehrstuhlberufungen, Projektförderungen und ein Wiedererstarken einer einseitig naturwissenschaftlich orientierten Medizin mit einer Geringschätzung ganzheitlicher leibseelischer Zusammenhänge bevorzugten, in ein Abseits gedrängt, was natürlich auch auf junge Nachwuchswissenschaftler demotivierend wirkte.

Mittlerweile haben sich aber wichtige Veränderungen ergeben. So geriet z.B. die allgegenwärtige Forderung nach Evidenzbasierung von Psycho-

therapieverfahren als alleiniges Maß für deren Güte immer stärker in die Kritik (z. B. Orlinsky, 2008; Gerlach, 2012; Shedler, 2011, 2018; Penkler, 2019). Des Weiteren wurde der Ruf nach einer beziehungsorientierten statt einer technokratischen Medizin zunehmend lauter (z. B. Teufel und Berberat, 2019).

Und dank der Initiative und eines großen finanziellen Engagements wurde im Jahr 2009 in Berlin von der Psychoanalytikerin und Unternehmerin Christa Rohde-Dachser eine private Hochschule für Psychoanalyse, die International Psychoanalytic University (IPU) gegründet. Ein Masterstudiengang ermöglicht den Studierenden ein gründliches psychoanalytisches Studium. Einige Jahre später zählte die IPU bereits 600 Studierende und erhielt 2019 im CHE-Ranking einen Spitzenplatz im Fachbereich Psychologie.

Und schließlich wurde mit der Reform des Psychotherapeutengesetzes verfügt, dass in einem neu einzurichtenden Studiengang alle bisherigen wissenschaftlich anerkannten Verfahren (kognitiv-behavioral, psychoanalytisch/psychodynamisch, systemisch) angemessen und von qualifizierten Lehrpersonen gelehrt werden müssen.

Angesichts dieser erfreulichen Reform und der Möglichkeit, endlich wieder psychoanalytisches Gedankengut an psychologischen Fakultäten – wenn auch in einem beschränkten Umfang – lehren und lernen zu können, bleibt aber dennoch ein gewisses Unbehagen angesichts dieses »Zurück an die Universität«. Warum?

Wird der seit vielen Jahren von Otto Kernberg, einem der wichtigsten Doyens der Psychoanalyse, erhobene Ruf, Psychoanalyse müsse unbedingt zurück an die Universität – in einer Mesalliance enden oder tatsächlich zu einem dringend notwendigen und unverzichtbaren Unternehmen führen? Angesichts des Direktstudiums Psychotherapie ergibt sich dazu jetzt eine einmalige Chance, auch wenn der Anteil psychoanalytischer Theorie und Praxis am gesamten Curriculum sich immer noch – etwa im Vergleich mit dem Angebot an der IPU – bescheiden ausnimmt.

1.2.1 Die Situation nach Freud in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts

Von der ursprünglichen skeptischen Grundhaltung Freuds gegenüber einer an den Universitäten vertretenen psychoanalytischen Lehre und Forschung war sowohl in den USA als auch in Deutschland in den 1960er und 1970er Jahren nur noch wenig zu spüren. Im Gegenteil: Die meisten der psychosomatischen und klinisch psychologischen Lehrstühle, aber auch die psychotherapeutischen und psychosomatischen Klinikstellen wurden ab dieser Zeit in Deutschland mit Psychoanalytikern besetzt. Allerdings herrschte in diesen Jahren wissenschaftspolitisch eine plurale Offenheit, zumal sowohl die Psychosomatik als auch die Klinische Psychologie noch in den Kinderschuhen steckten. Erst das Wiedererstarken der naturwissenschaftlichen Medizin und die zunehmende Feindschaft psychologischer Standesvertreter, die ein eigenes Therapieverfahren gemäß den Konzepten behavioristischer Lerntheorien entwickelten, sowie eine zunehmend veränderte Wissenschaftspolitik, wie ein biomedizinisch geprägtes Evidenzverständnis, führten bei der Wiederbesetzung der Stellen in den folgenden Jahren zu einer Chancenlosigkeit von psychoanalytisch orientierten Bewerbern.

Die Psychoanalyse erfuhr vor allem in den USA einen jähen Absturz. Wurden zur Zeit der Hochblüte der ichpsychologischen Psychoanalyse z. B. Klinikleiter-Stellen nur vergeben, wenn der Betreffende eine psychoanalytische Ausbildung absolviert hatte – zu diesem Zweck wurden Lehranalysen sogar finanziell gefördert –, so zogen bereits in den 1970er Jahren dunkle Wolken am Horizont auf. Verschiedene Umstände haben dazu beigetragen: zunächst die rasante Entwicklung der Kognitiven Verhaltenstherapie und anderer Therapieverfahren, die den durchschnittlichen US-Amerikaner mehr ansprachen als die nach innen gerichtete Psychoanalyse, dann der immer stärker werdende pharmako-industrielle Komplex – fast jede dritte US-Amerikanerin führte ab den späten 1980er Jahren ständig Prozac bei sich, – die Verkündigung einer »Dekade des Gehirns« sowie das Versprechen, alsbald das menschliche Genom entschlüsseln und damit die allermeisten Krankheiten heilen zu können. Aber auch gehässige und einflussreiche Freud-»Basher« haben zum schwindenden Ansehen der Psychoanalyse beigetragen.