

Auch andere Effektivitätsuntersuchungen bestätigen die schnellen und wirksamen Heilungserfolge der rational-emotiven Therapie. (1) Bei vergleichenden Untersuchungen in bezug auf soziale Ängste wie z.B. der systematischen Desensibilisierung, RET, klientenzentrierte Therapie, erzielte die RET stets höhere Erfolge als die systematische Desensibilisierung. (2)

2.3.8. Methodische Kritik

Einzelne Methoden der Erfolgsmessung genauer zu diskutieren bzw. die vielen Versuchsanordnungen zu beschreiben wären zu aufwendig. Die wichtigen Kritikpunkte sollen aber trotzdem erwähnt werden. Die Problematik bei der Populationsauswahl: In der Regel wurden bei den vergleichenden Untersuchungen Studenten (Prüfungs-, Sprechängste) ausgewählt und keine klinische Population. (3) Desweiteren erscheinen die abhängigen Variablen (Verhaltenschecklisten zur sozialen Angst), die Aspekte der Validität und Reliabilität, die unzureichenden katamnestischen Daten als problematisch. (4) Andere methodische Schwierigkeiten ergeben sich aus der kurzen Behandlungsdauer und dem Ausbildungsniveau der Therapeuten. (5) Insgesamt gesehen müssen also noch mehrere kontrollierte Untersuchungen zur rational-emotiven Therapie mit exakt genau überprüfbar bedingten durchgeführt werden, um den oben erwähnten Vorwürfen stand-

(1) vgl. ebenda, S. 39

(2) vgl. ebenda, S. 43

(3) vgl. ebenda, S. 55

(4) vgl. ebenda, S. 57

(5) vgl. ebenda, S. 57

zuhalten und den gängigen wissenschaftlichen Auffassungen von empirischer Überprüfung zu genügen. Trotz der Kritik vom methodischen Standpunkt können die Erfolge der Ellisschen Therapie als gut bezeichnet werden und stellen einen wichtigen Beitrag in der Unzahl der Psychotherapien dar.

2.3.9. Gesellschaftsbezogene Kritik der RET

Neben der methodischen Kritik ist eine gesellschaftsbezogene zu leisten, was die Zielrichtung der Arbeit bereits verdeutlicht. Inwieweit die soziale Umwelt, die Gesellschaft schlechthin, der Mensch als gesellschaftliches Wesen, in der Psychotherapie, im Heilungs- und Therapieprozeß, berücksichtigt werden.

2.3.9.1. Individualistischer Krankheitsbegriff

Die kurz angeschnittenen gesellschaftlichen Aspekte, die fehlende Zurückführung der psychischen Störung auf neurotisch wirkende Erscheinungen in der sozialen Umwelt, wird bei Ellis nur am Rande behandelt. *Von ihm geäußerte Vorwürfe gegenüber den verschiedenen Sozialisationsinstanzen, die für die Irrglauben verantwortlich sind bzw. zu deren Stabilisierung beitragen, (1) veranlassen Ellis nicht die gegenwärtigen sozio-ökonomischen Verhältnisse radikal zu kritisieren, sie zu hinterfragen und an deren Veränderung mitzuwirken. Deutlich zeigt dies sich in seiner individualistisch konzipierten Aufrechterhaltung der Schuldzuschreibung für die Neurose.*

(1) vgl. Kapitel 2.3.1. der Arbeit

"Andere Menschen und äußere Ereignisse können einen... de facto wenig schaden. In unserer heutigen Gesellschaft wird man jedoch selten von anderen Menschen körperlich oder ökonomisch geschädigt; fast alle "Angriffe" sind psychischer Art und können einem kaum Schaden zufügen, solange man sie nicht irrtümlicherweise für schädlich hält.... Es sind niemals die Worte oder Gesten anderer, die uns schaden, sondern unsere eigenen Einstellungen zu diesen und unsere Reaktionen auf diese symbolischen Angriffe." (1)

Eindeutig macht hier Ellis das Individuum für seine psychische Krankheit verantwortlich und negiert vorhandene Interdependenzen zwischen der sozialen Umwelt und den psychischen Störungen. Bei den Einstellungen des einzelnen bleibt er stehen und sieht sie unabhängig von den Gebieten der Produktions-, Verteilungs- und Konsumtionssphäre, (2) vernachlässigt die Herrschaftsverhältnisse, die krankmachenden Arbeitsplätze (Nachtschicht, Fließbandarbeit), die Angst vor dem Arbeitsplatzverlust, die noch herrschende Armut in der westlichen Welt.

2.3.9.2. Oberflächliche Analyse der Gesellschaft

Eine konkrete Analyse der Gesellschaft, ihrer Machtstrukturen und Herrschaftsverhältnisse wird also von Ellis nicht geleistet. Seine Akzente setzt Ellis

(1) Ellis, Die rational-emotive Therapie, a. a. O., S. 75

(2) vgl. Klaus Ottomeyer, Ökonomische Zwänge und menschliche Beziehungen, Soziales Verhalten im Kapitalismus, Reinbek 1977, S. 33

"so gut wie ausschließlich auf die Herstellung von ganz allgemeinen und formalen Voraussetzungen für zwischenmenschliches Handeln überhaupt..., die von allen bestimmten gegenständlichen Bezügen abgelöst sind und gegenüber jeder inhaltlichen Füllung offen und gleichgültig sind.... Mit diesen allgemeinen Fähigkeiten zum sozialen Auftritt kann ich aber ebensogut Leute als Konkurrenten in einer besonders erfolgreichen Weise ökonomisch zugrunde richten, wie ihnen behilflich sein; sie ebensogut betrügen und für meine egoistischen Zwecke instrumentalisieren, wie mich auf gemeinsame Ziele lebenswichtiger oder auch belangloser Natur verständigen." (1)

Besonders ist hier noch einmal die A-B-C-Theorie heranzuziehen. Beim Punkt B werden die Kognitionen solange geändert bis der Patient es mit der rationalen Lebensphilosophie aushalten kann. Auf eine Veränderung am Punkt A, also eine tiefere Analyse über den Zusammenhang zwischen sozialer Umwelt und der Neurose, wird verzichtet, denn das Ziel die Bewertungen zu "rationalisieren" gilt als vorrangig. Hauptsache ist, daß das Individuum mit seinen Vorstellungen glücklich ist, auch wenn man die Dinge nicht ändern kann,

"dann ist es das einzig Vernünftige sich gelassen mit dem Schicksal abzufinden und die Dinge so zu akzeptieren, wie sie sind," (2)

Zu hoffen bleibt, daß es bald Therapeuten der Ellis'schen Richtung gibt, die seine Auffassung über die

(1) Klaus Ottomeyer, ebenda, S. 181 ff.

(2) Ellis, Die rational-emotive Therapie, a. a. O., S. 73

Gesellschaft kritisieren und gesellschaftliche Grundprobleme und Widersprüche zu einem neuen Bestandteil der Therapie machen, denn so wie es scheint, hat sie im klinischen Bereich, im subjektiven Helfen, ihre Brauchbarkeit und Erfolge bewiesen. Denn die Heilung der Neurosen hat das oberste Gesetz jeder Therapie zu sein, aber die gesellschaftlichen Ursachen für die psychischen Störungen können und dürfen nicht unterschlagen werden, wenn sie als glaubwürdig gelten wollen und nicht als Ersatz für andere Drogen.

2.4. Psychoanalyse

2.4.1. Allgemeine Vorbemerkung

Die Psychoanalyse (Tiefenpsychologie) umfaßt diejenigen Ansätze der Psychologie, die sich mit den dunklen, verborgenen Ebenen und Vorgängen des Menschen beschäftigen. Entsprechend finden sie ihre Forschungsgegenstände in Gefühlen, Affekten, Konflikten, Trieben, neurotischen Symptomen, Symbolen, Träumen und Fehlleistungen. Größtenteils sind sie unbewußt und durch Kindheitserlebnisse determiniert. Ihre Entstehung verdankt die Tiefenpsychologie der Analyse von neurotisch Erkrankten durch Sigmund Freud, sie wurzelt in den therapeutischen Erfahrungen der Neurosenbehandlung. Ihre Erklärungsansätze der menschlichen Persönlichkeit beanspruchen jedoch nicht nur für den Kranken, sondern auch für den gesunden Menschen Gültigkeit. Zu der etablierten Hochschulpsychologie und deren Orientierung an intellektuell-kegnitiven Fähigkeiten wie Denken, Intelligenz, Sprache, Wahrnehmung, Lernen, Verhalten usw. steht sie in einem Konkurrenzverhältnis. Sie beansprucht für sich die realistischeren Konzepte **als die der einseitig orientierten akademischen Psychologie**. Denn sie ist nicht am Schreibtisch entstanden und mit ein paar Laboratoriumsuntersuchungen überprüft, sondern aus der täglichen analytischen Erfahrung zwischen Menschen entstanden, deren gemeinsame Anstrengungen zu absoluter Aufrichtigkeit die Grundlage ihrer Lehre bilden.

Dieser gemeinsame Ausgangspunkt aller tiefenpsychologischen Ansätze in der analytischen Praxis hat zu einer Reihe von Schulen geführt, deren bekannteste

und wirkungsvollste zweifellos die Psychoanalyse Freuds geworden ist. Andere wichtige Schüler Freuds waren Alfred Adler und seine Individualpsychologie sowie Carl Gustav Jung mit seiner Analytischen Psychologie.

In der nun folgenden Auseinandersetzung mit der Psychoanalyse werden die Grundpositionen erläutert und diskutiert. Auf die Ansätze von Adler und Jung und deren Unterschiede zu Freud wird an dieser Stelle nicht eingegangen, da dies nur komplizierter und unüberschaubarer würde.

2.4.2. Das Freudsche Triebkonzept

Sigmund Freud hat während seines Wirkens mehrmals verschiedene dualistische Triebkonzepte entworfen. Bis zum Jahr 1911 war er der Auffassung, daß alle menschlichen Lebensäußerungen auf zwei Grundtriebe zurückzuführen sind: die Ich-Triebe mit der Aufgabe der Selbsterhaltung und die Sexualtriebe mit der natürlichen Funktion der Arterhaltung. (1) Bis 1920 brachte Freud ein neues Triebkonzept ein. Die Bedeutung der menschlichen Sexualität bleibt erhalten, aber ein Aggressionstrieb wird postuliert. (2) Heutzutage wird diese Auffassung von den meisten Analytikern geteilt. Die letzte Triebkonzeption Freuds schließlich umfaßte den Dualismus zwischen den Triebkategorien von Eros und Todestrieb, auf seine Erfahrungen mit dem 1. Weltkrieg zurückgehend. (3)

(1) vgl. Humberto Nagera, Psychoanalytische Grundbegriffe, Eine Einführung in Sigmund Freuds Terminologie und Theoriebildung, Frankfurt 1974, S. 26.

(2) vgl. ebenda, S. 37

(3) vgl. Erich Fromm, Jenseits der Illusionen, Zürich 1967, S. 45

Folgendermaßen definiert nun Freud den Trieb:

"Ein Trieb unterscheidet sich also von einem Reiz darin, daß er aus Reizquellen im Körperinneren stammt, wie eine konstante Kraft wirkt und daß die Person sich ihm nicht durch die Flucht entziehen kann.... Man kann am Trieb Quelle, Objekt und Ziel unterscheiden. Die Quelle ist ein Erregungszustand im Körperlichen, das Ziel die Aufhebung dieser Erregung, auf dem Wege von der Quelle zum Ziel wird der Trieb psychisch wirksam. Wir stellen ihn vor als einen gewissen Energiebetrag, der nach einer bestimmten Richtung drängt. Von diesem Drängen hat er den Namen Trieb." (1)

Ergänzend ist noch zu erwähnen, daß weder der Sexual- noch der Aggressionstrieb unabhängig voneinander auftreten und wirken. Sie treten stets gemischt auf, aber zu unterschiedlichen Anteilen. Sowohl aggressives und liebevolles Verhalten gegenüber den Mitmenschen befriedigt Elemente beider Triebstrebungen und aus dem Hin und Her zwischen den beiden Polen entstehen die Erscheinungen des Lebens. (2) Das vorliegende Konzept, nach dem menschliches Leben vornehmlich aus Triebbefriedigung besteht, ist unter den Psychoanalytikern jedoch unstritten. Erich Fromm vertritt die Auffassung, daß in den Objektbeziehungen der andere in erster Linie als Mittel zum Zweck, zur Triebbefriedigung,

- (1) Sigmund Freud, Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse, Frankfurt 1969 (1932), S. 79/80.
- (2) vgl. Albert Einstein, Sigmund Freud, Warum Krieg?, Zürich 1972 (erstaufgabe 1933), S. 37

erscheint und Phänomene wie Liebe und Zärtlichkeit werden als Begleiterscheinung vernachlässigt. (1) Präziser noch erklärt Fromm:

"Freuds homo sexualis ist eine Variante des klassischen homo oeconomicus. Er ist der isolierte, selbstgenügsame Mensch, der in Beziehung zu anderen treten muß, um zur gegenseitigen Befriedigung der Bedürfnisse zu gelangen. Der homo oeconomicus hat ökonomische Bedürfnisse, die ihre gegenseitige Befriedigung im Austausch von Waren auf dem Warenmarkt finden. Die Bedürfnisse des homo sexualis sind physiologisch und libidinös bedingt und werden normalerweise durch die Beziehung der Geschlechter zueinander gegenseitig befriedigt. Bei beiden Varianten bleiben die Personen im wesentlichen Fremde füreinander, deren einzige Beziehung, das gemeinsame Ziel der Triebabefriedigung ist. Diese soziale Determination der Freudschen Theorie durch den Geist der Marktwirtschaft besagt nicht, daß die Theorie falsch ist, außer in bezug auf ihren Anspruch, daß sie die Situation des Menschen an sich beschreibe; als Beschreibung der zwischenmenschlichen Beziehungen in der bürgerlichen Gesellschaft ist sie für die Mehrheit der Menschen gültig." (2)

- (1) vgl. Erich Fromm, Gesamtausgabe (=GA), Band 9, Sozialistischer Humanismus und Humanistische Ethik, Stuttgart 1981, S. 493
- (2) Erich Fromm, Analytische Sozialpsychologie und Gesellschaftstheorie, Frankfurt 1970, S. 175

Freud hat also der Sexualität im Leben des Menschen eine so starke Bedeutung beigemessen, wie vor ihm noch keiner dies getan hatte. Entsprechend empört reagierten die meisten seiner Zeitgenossen und bis auf den heutigen Tag setzen sich viele Humanwissenschaftler nur widerwillig mit Freuds "Pansexualismus" auseinander.

Wie fast alle anderen analytischen Thesen gründet sich auch die Behauptung von der Sexualität als dem menschlichen Grundantrieb auf seine therapeutischen Erfahrungen mit Neurotikern, anfangs vor allem der Behandlung von Hysterien. Bei der Rekonstruktion ihrer Lebensgeschichte stieß er immer wieder auf unbewältigte sexuelle Konflikte, in ihren Symptomen fand er häufig mißglückte Versuche der Triebabfertigung. (1) Den Hauptkomplex aller Neurosen sah Freud schließlich im Ödipuskomplex: zärtlich lustvoll-sexuelle Neigungen des Kindes gegenüber der Mutter in Begleitung von Todeswünschen gegenüber dem Vater. (2) Durch die Entdeckung der kindlichen Sexualität und ihre Bedeutung erweiterte Freud den bis zu seiner Zeit gebräuchlichen Begriff des Sexuellen. Alle lustvollen Aktivitäten des Kindes z.B. Lutschen (oraler Bereich) und Defäkieren (analer Bereich) wurden Ausdruck sexueller Triebwünsche. Die Entwicklung der kindlichen Sexualität vollzieht sich zunächst autoerotisch in aufeinanderfolgenden Stadien als orale, anale und phallische Phase. (3) Mit Beginn der Ödipusproblematik findet das Kind

(1) vgl. Sigmund Freud, Josef Breuer, Studien über Hysterie, Frankfurt 1970, S. 108

(2) vgl. Charles Brenner, Grundzüge der Psychoanalyse, Frankfurt 1967, S. 104

(3) vgl. Nagera, a. a. O., S. 112/113

ein Liebesobjekt außerhalb seiner selbst: das Mädchen den Vater, der Knabe die Mutter. Eine Erfüllung ist jedoch aus körperlichen entwicklungspsychologischen und kulturellen Gründen (z.B. Inzestverbot) unmöglich, d.h. die Triebwünsche müssen verdrängt werden. Mit der Pubertät findet dann eine Wiederbelebung der sexuellen Aktivität unter dem Genitalprimat statt. (1)

Neben der Bedeutung der Sexualität wurde von Freud die angeborene Aggressionsneigung (2) des Menschen herausgestellt und, wie bereits erwähnt, stellte er dem Sexualtrieb einen Aggressionstrieb gegenüber. Zwar hatte Freud auch vorher die menschliche Aggressivität ^{nicht} übersehen können, aber bis dahin hielt er sie eher für eine Notwendigkeit im Dienste der Selbsterhaltung, um das menschliche Überleben zu gewährleisten, etwa bei Gefahr als Alternative zur Flucht oder als Reaktion auf Unlustempfindungen, die durch Versagen sexueller Befriedigung oder sonstige Frustrationen entstehen. In der neuen Sicht aber muß der Mensch zerstören: entweder sich selbst oder Objekte der Außenwelt. 1932 schrieb Freud in einem Brief an Einstein folgende Bemerkung:

"... daß es keine Aussicht hat, die aggressiven Neigungen des Menschen abschaffen zu wollen." (3)

Wirft man einen Blick auf die Geschichte mit den sinnlosen Kriegen und auf die täglichen Verbrechensmeldungen in den Zeitungen, so kann man diese pes-

(1) vgl. ebenda, S. 175

(2) vgl. ebenda, S. 59

(3) Einstein, Freud, a. a. O., S. 40

simistische Sichtweise als bestätigt ansehen. Der Realitätsgehalt wurde bereits von Analytikern weder als klinisch noch als empirisch gesichert angenommen. (1) Denn es kann wohl nicht bestritten werden, daß verschiedene Sozialisationsprozesse, gesellschaftliche Hintergründe zu sehr verschiedenen Charaktereigenschaften bezüglich der Aggressionsneigung führen können. Kulturvergleichende Studien belegen dies. (2) Auch Alexander Mitscherlich erwähnt,

"daß es keineswegs geklärt ist, ob Aggression unmittelbar vergleichbar der Libido ein Triebgeschehen darstellt, oder ob sie einem anderen, unsere Psyche beeinflussenden Leistungsprinzip angehört." (3)

Obwohl auch Mitscherlich zu dem Ergebnis kommt, daß

"wir die Ausstattung des Menschen mit einem arteigentümlichen und formbaren Aggressionstrieb betonen und unterstreichen" (4),

liegt seiner Ansicht nach doch gerade hier eine

- (1) vgl. Erich Fromm, Die Anatomie der menschlichen Destruktivität, Stuttgart 1974, S. 492
- (2) vgl. Ruth Benedikt, Urformen der Kultur, Hamburg 1959;
vgl. Bronislaw Malinowski, Geschlecht und Verdrängung in primitiven Gesellschaften, Hamburg 1962
- (3) Alexander Mitscherlich, Der Kampf um die Erinnerung. Psychoanalyse für fortgeschrittene Anfänger, München 1975, S. 179
- (4) ebenda, S. 189

"Daueraufgabe der Formung des Selbst" (1) vor.

Eben diese Formbarkeit des Aggressionstriebes macht die "Humanisierung der Aggression" möglich. Qualität und Ausmaß der "Aggressionsmeisterung" sind dabei abhängig von der Fähigkeit des Menschen zur Kontrolle seiner selbst. Die teilweise leichtfertige Hinnahme der vorhandenen Aggression scheint der Psychoanalyse Freuds einen konservativen Anstrich auf der gesellschaftlichen Ebene zu geben. Denn sie ist einfach vorhanden und man kann Zustände in der sozialen Umwelt bzw. will die soziale, aggressiv machende Umwelt unveränderbar lassen. Lediglich das Individuum soll von Aggression befreit werden. Der Zusammenhang zwischen Individuum und Umwelt und die daraus resultierenden Probleme und Neurosen werden nicht angegangen.

2.4.3. Das Unbewusste

Häufig wird die Psychoanalyse als eine Wissenschaft (Theorie, Methode) vom Unbewussten bezeichnet. (2) Tatsächlich hat Freud immer versucht, unbewusstes Geschehen zu erforschen und systematisch aufzuarbeiten. Aber bereits vor seiner Zeit haben andere Denker auf die Bedeutung von seelischen Kräften hingewiesen, die dem menschlichen Verstand und damit der bewussten Handhabung weitgehend entzogen sind. Hinweise auf die Existenz eines Unbewussten finden

(1) ebenda, S. 189

(2) vgl. Wolfgang Mertens, Psychoanalyse, Stuttgart 1981, S. 9

sich bereits bei den Hedonisten, Habbes, Schopenhauer, Nietzsche, Kant. (1) Freuds Verdienst begründet sich vor allem auf die Entdeckung völlig neuer Möglichkeiten der Erforschung des Unbewußten durch die Untersuchungsverfahren der freien Assoziation und der Traumdeutung. (2) Darüber hinaus gelang es ihm aus der Dynamik des Unbewußten (Trieb, Verdrängung) bis dahin psychische Phänomene wie neurotische Symptome, Fehlhandlungen, Träume abzuleiten und mit Sinn zu füllen. Bei der genaueren Untersuchung bzw. Kennzeichnung des Freudschen Strukturmodells, um dem Unbewußten näher zu kommen, trifft man zunächst auf die von Freud erstellten drei Teilsysteme der menschlichen Psyche: Das Bewußte, das Vorbewußte und das Unbewußte; in einer späteren Einteilung sprach er von den Teilsystemen des Es, Ich und Über-Ich. (3) Fages umschreibt das Unbewußte folgendermaßen:

"Das Unbewußte charakterisiert sich als der psychische "Ort", an dem die Primärvorgänge wirken, das heißt, "freie" Zirkulationsweisen der Energien: vom Wunsch bis zur Halluzination, von der Unlust bis zur völligen Verausgabung." (4)

Was das Es betrifft, so bestehen seine Inhalte vor allem aus Triebregungen bzw. deren verdrängten Entsprechung. Kennzeichnend für das Es ist das Neben-

(1) vgl. Walter Toman, Tiefenpsychologie, Stuttgart 1978, S. 20

(2) vgl. Erich Fromm, GA Band 8, Psychoanalyse, Stuttgart 1981, S. 9

(3) vgl. Toman, a. a. O., S. 36

(4) Jean-Baptiste Fages, Geschichte der Psychoanalyse nach Freud, Frankfurt 1981, S. 27

einander von gegensätzlichen Gefühlen:

"Für die Vorgänge im Es gelten die logischen Denkgesetze nicht und vor allem nicht der Satz des Widerspruchs. Gegensätzliche Regungen bestehen nebeneinander, ohne einander aufzuheben oder sich voneinander abzuziehen...." (1)

Liebe und Haß gegen die gleiche Person wohnen nahe beieinander. Ebenso sind Freude und Trauer beim Tod einer geliebten Person durchaus üblich. Die Inhalte des Es folgen dem Lustprinzip, sie drängen nach voller Befriedigung und werden durch moralische Einwände keineswegs reduziert. Desweiteren ist im Unbewußten eine Zeitlosigkeit enthalten. Lang zurückliegende Erlebnisse und Gefühle können plötzlich in voller Stärke wieder aufkommen und nachlebt werden, oft mit größerer Intensität als jüngere Ereignisse. Das Es bildet also eine Art dunklen Kern der Persönlichkeit, es ist sozusagen der Motor unserer Wünsche und unseres Handelns. Es bildet aber auch den energetischen Untergrund für alle höheren psychischen Leistungen, denn alle intellektuellen, ästhetischen und moralischen Fähigkeiten, die unser bewußtes Ich bilden, welches gleichzeitig durch mehrere Instanzen der sozialen Umwelt geformt wird, haben sich mit aus dem Es heraus entwickelt.

2.4.4.

Der Mensch als rational-irrationales Wesen

Freuds Arbeit mit neurotischen Patienten führte ihn desweiteren zur Einsicht in die Beschränktheit

(1) Freud, Neue Folge der Vorlesung..., a. a. O., S. 63

der menschlichen Vernunft. (1) Das Ausmaß der Irrationalität im Menschen zeigte sich ihm in den Analysen der neurotischen Symptome der Träume, Fehlleistungen usw.. Im theoretischen Konzept des Unbewußten findet sich das Resultat dieser Erfahrungen.

Würde der Mensch aber ausschließlich seinen Triebregungen nachgehen, wäre er zum Untergang verurteilt. Er hat im Laufe seiner Geschichte ein Regulativ entwickelt, das dem Lustprinzip des Es ein Realitätsprinzip entgegensetzt. (2) Die diesem Prinzip entsprechende psychische Instanz ist das Ich. Das Ich ist jener Teil des Es,

"der durch die Nähe und den Einfluß der Außenwelt modifiziert wurde, zur Reizaufnahme und zum Reizschutz eingerichtet.... Die Beziehung zur Außenwelt ist für das Ich entscheidend geworden, es hat die Aufgabe übernommen, sie bei dem Es zu vertreten, zum Heil des Es, das ohne Rücksicht auf diese gewaltige Außenmacht im blinden Streben nach Triebbefriedigung der Vernichtung nicht entgehen würde.... Im ganzen muß das Ich die Absichten des Es durchführen, es erfüllt seine Aufgabe, wenn es die Umstände ausfindig macht, unter denen diese Absichten am besten erreicht werden können." (3)

- (1) vgl. Erich Fromm, Märchen, Mythen, Träume, Zürich 1957, S. 47.
- (2) vgl. Herbert Marcuse, Triebstruktur und Gesellschaft, Ein philosophischer Beitrag zu Sigmund Freud, Frankfurt 1969, S. 18
- (3) Freud, Neue Folge der Vorlesungen..., a. a. O., S. 64 - 66

Die Aufgabe des Ich besteht also in der Koordination bzw. der Fusion bzw. in der Anpassung an die gesellschaftliche Realität von Triebansprüchen und Ansprüchen der Außenwelt. Zu diesem Zweck hat es eine Reihe von Fähigkeiten aufgebaut, wie Wahrnehmung, Denken, Erinnern, Lernen, Phantasie usw.. Mit der Ablösung der Vorherrschaft des Lustprinzips durch das Realitätsprinzip ist es der menschlichen Vernunft prinzipiell möglich geworden, das individuelle Leben zu einem gewissen Grade in die eigene Hand zu nehmen, soweit es keinen äußeren Einschränkungen unterliegt. Rationalität und Irrationalität des Menschen sind damit folgendermaßen aufeinander bezogen:

"Man könnte das Verhältnis des Ichs zum Es mit dem des Reiters zu einem Pferd vergleichen. Das Pferd gibt die Energie für die Lokomotion her, der Reiter hat das Vorrecht, das Ziel zu bestimmen.... Aber zwischen Ich und Es ereignet sich allzu häufig der nicht ideale Fall, daß der Reiter das Roß dahin führen muß, wohin es selbst gehen will." (1)

Der Mensch kann seine Treibnatur zwar nicht ignorieren, er kann aber diesen Bereich mehr und mehr beherrschen.

2.4.5.

Problematik der Freiheit

Aus dem bisher Gesagten geht schon hervor, daß Freud Determinist war. Seiner Ansicht nach wird der Mensch

(1) ebenda, S. 66

wesentlich von seiner Eigenart als Triebwesen bestimmt. Von unbewussten Es-Kräften im Sinne des Lustprinzipangetrieben, eingeschränkt durch Über-Ich-Forderungen (Moralitätsprinzip) bleibt dem Ich scheinbar nur der Rolle des Ausführenden, der allenfalls anordnet, was ihm selbst verordnet wurde. Wir sind festgelegt durch unsere Triebnatur und deren historischen Schicksale in einer bestimmten sozialen Umwelt. Als Erwachsene sind wir eine Art verlängertes Kind, dessen seelische und geistige Möglichkeiten ohne Chance unserer bewussten Einflußnahme bereits mit z.B. dem Schuleintritt vorgezeichnet sind. Diese pessimistische Haltung der Psychoanalyse Freuds zeigt erneut seine konservative Haltung, das Akzeptieren der Umwelt, so wie sie ist. Aber der sogenannte Determinismus durch die je eigene Lebensgeschichte und deren gesellschaftliches Umfeld ist nicht total, denn wir haben die Möglichkeit, mit Hilfe unserer Vernunft Zugang und damit Kontrolle über das Unbewusste zu gewinnen. In dem Maß, wie es uns gelingt, werden wir zwar subjektiv frei, aber die äußeren Umstände in der sozialen Umwelt werden dadurch nicht geändert bzw. das soziale Umfeld, die gesellschaftlichen Zwänge der Leistung, **Konkurrenz, Konsums bleiben bestehen.**

2.4.6.

Die Bestimmung des Über-Ich

Neben Es und Ich enthält die Strukturtheorie Freuds noch eine dritte Instanz: das Über-Ich. Das Individuum verfolgt damit neben dem Lust- bzw. Realitätsprinzip noch ein weiteres, das man Moralitätsprinzip nennen könnte. Der Begriff Über-Ich bezieht sich zum einen auf seine Ich-Verwandtschaft, genauer

seine Entstehung aus dem Ich als Differenzierung bestimmter Ich-Anteile. Zum anderen wird damit verwiesen auf die beherrschende Rolle des Über-Ichs gegenüber dem Ich. Das Über-Ich vereinigt in sich mehrere Aspekte. Es umfaßt das Ich-Ideal mit den Werten einer Person, denen das Ich nacheifert und das Freud als

"Niederschlag der alten Elternvorstellung, ... Ausdruck der Bewunderung jener Vollkommenheit, die das Kind ihnen damals zuschrieb." (1)

charakterisierte. Es enthält außerdem das Gewissen, das in Form von Schuld- oder Minderwertigkeitsgefühlen wirksam wird, wenn entgegen der "inneren Stimme" im Konfliktfall dem Lustprinzip der Vorrang eingeräumt wird. Im anderen Fall werden wir durch Gefühle von Genugtuung, Selbstvertrauen, Zufriedenheit, Ausgeglichenheit für unser moralisches, erwünschtes Verhalten belohnt. Das Bewissen begleitet das Ich-Ideal als kritische Instanz, die anzeigt, ob und in welchem Ausmaß der Betreffende sich seinen Idealen und damit der Verwirklichung seiner selbst nähert. So wenig wie das Ich wird auch das Über-Ich bei Geburt mitgebracht. Bei beiden Instanzen handelt es sich um gesellschaftliche Produkte im Gegensatz zum Es, dessen Triebabstattung mit Beginn des Lebens vorhanden ist, denn

"das kleine Kind ist bekanntlich amoralisch, es besitzt keine inneren Hemmungen... Die Rolle, die späterhin das Über-Ich übernimmt, wird zuerst von einer äußeren Macht, von der

(1) ebenda, S. 57

elterlichen Autorität, gespielt. Der Eltern- einfluß regiert das Kind durch Gewährung von Liebesbeweisen und durch Androhung von Strafen, die dem Kinde den Liebesverlust beweisen und an sich gefürchtet werden müssen. Diese Realangst ist der Vorläufer der späteren Gewissensangst; solange sie herrscht, braucht man von Über-Ich und von Gewissen nicht zu reden. Erst in weiterer Folge bildet sich die sekundäre Situation aus, die wir allzu bereitwillig für die normale halten, daß die äußere Abhaltung verinnerlicht wird, daß an die Stelle der Elterninstanz das Über-Ich tritt, welches nun das Ich genauso beobachtet, lenkt und bedroht wie früher die Eltern das Kind" (1)

Diese Verinnerlichung der Elterninstanz vollzieht sich als Folge der Ödipusproblematik. Die Charakterzüge der introjizierten Elternpersonen - ihre Macht, Strenge, Neigung zu Beaufsichtigung und Bestrafung - gehen damit ins Über-Ich ein, ebenso die allgemeinen Wertvorstellungen und Ideologien entsprechend der sozialen Schicht-, Klassen-, Kultur-, Religionszugehörigkeit der Eltern. Hier wird also ein Zusammenhang von Über-Ich und den gesellschaftlichen Autoritäten deutlich. Letztlich sind dies nicht nur Eltern, sondern der Staat, die Kirche, der Betrieb, die Produktionsverhältnisse, die über das Individuum Macht ausüben.

"Durch das Über-Ich wird die äußere Gewalt transformiert und zwar, indem sie aus einer

(1) ebenda, S.54/55

äußeren in eine innere Gewalt verwandelt wird. Die Autoritäten als die Vertreter der äußeren Gewalt wurden verinnerlicht, und das Individuum handelt ihren Geboten und Verboten entsprechend nun nicht mehr allein aus Furcht vor äußeren Strafen, sondern aus Furcht vor der psychischen Instanz, die es in sich selbst aufrichtet." (1)

Dabei sind es nicht so sehr die bewußten Idealvorstellungen der Eltern, die in erzieherischer Absicht auf die nachkommende Generation übertragen werden, sondern vorwiegend jene unbewußten Ich-Ideale, die ihnen in ihrer eigenen Kindheit selbst aufgeprägt worden waren. Auf diese Weise funktioniert das Über-Ich als Träger der Tradition, häufig entgegen den bewußten Absichten der Erzieher. Weder Ich-Ideale noch Gewissen haben in diesem Theoriekonzept objektive Gültigkeit. Sie werden dem Kleinkind unter Druck aufgepreßt bzw. aufgezwungen. Was die Eltern befehlen ist gut, was sie verbieten ist böse. Ähnliches läßt sich auf andere manipulierende Autoritäten in der sozialen Umwelt übertragen.

2.4.7.

Das Konfliktwesen Mensch

Vor dem Hintergrund der Kenntnis von Freuds Strukturtheorie kann der Mensch nun als ein Wesen bestimmt werden, der mit sich selbst in Konflikt steht bzw. ergänzend zu Freud mit der Gesellschaft und ihren Autoritäten. Im Kampf miteinander stehen also

(1) Erich Fromm, GA Band 1, Analytische Sozialpsychologie, Stuttgart 1980, S. 146

die verschiedenen Anteile der Persönlichkeit: Es, Ich und Über-Ich. Bildlich kann man sich das etwa so vorstellen, als existiere jeder Mensch in Form einer Verflechtung von drei voneinander verschiedenen Persönlichkeiten, die miteinander zusammenhängen und sich deshalb arrangieren müssen. Obwohl sie gänzlich verschiedene Interessen verfolgen, können sie sich nicht voneinander losmachen und ihre eigenen Wege ziehen. Keiner der drei ist ohne den anderen lebensfähig, keiner kann sich durchsetzen und den Kampf um die Vorherrschaft gewinnen. So drängen einerseits immer wieder starke Triebimpulse sexueller bzw. aggressiver Natur im Sinne des Lustprinzips nach Befriedigung. Auf der anderen Seite schlägt jedoch das sog. Moralitätsprinzip Alarm: die im Über-Ich verankerten elterlichen und gesellschaftlichen Wertvorstellungen rufen beim Bewußtwerden solcher libidinösen und destruktiven Neigungen sofort Schuldgefühle hervor, bzw. sollen sie hervorrufen.

Das Ich als der Normale muß ständig alle Register seiner Ich-Funktion einschließlich der Abwehrmechanismen ziehen, um zwischen den Forderungen der Außenwelt (Gesellschaft) und denen seiner Innenwelt die gesellschaftlich akzeptablen normorientierten Kompromisse finden zu können. Diese Fähigkeit der Vermittlung des Ichs ist sozusagen ein Merkmal seelischer Gesundheit. In der therapeutischen Selbstreflexion versucht der neurotische Analysand, sich mit Hilfe des Analytikers seiner bislang unverstandenen Motive für seine Handlungen bewußt und damit ihnen gegenüber freier und unabhängiger zu werden. (1)

(1) vgl. Thomas Kiernan, Psychotherapie, Kritischer Führer durch Theorien und Praktiken, Frankfurt 1974, S. 148