

Freuds Psychoanalyse. Einführung



- (1) Alles Psychische ist zunächst unbewusst. Alles Psychische, das bewusst ist, ist also sekundär, entstammt aus dem Unbewussten und wurzelt darin.
- (2) Der Mensch ist in seinem Verhalten zunächst von seinem Trieb bestimmt, von der Libido. Die Libido strebt nach maximaler Befriedigung, Befriedigung löst Lustgefühle aus. Dieser eine Trieb („Libido“) gestaltet sich je nach Verlauf seiner Entwicklung in den ersten Lebensjahren eines Menschen in verschiedene(n) Teiltriebe(n), die/den sogen. „Partialtriebe(n) der Libido“ und bleibt auch im Leben des Erwachsenen mehrgestaltig.
- (3) Die Libido und ihre (aus endo- wie exogen bedingter Entwicklung sich unterschiedlichst formierenden) Partialtriebe bilden die von Freud als „Es“ bezeichnete psychische Instanz. Neben dieser sind noch zwei weitere Instanzen im Menschen ausschlaggebend für dessen psychisches Erleben und reales Verhalten: Die in ihm als Kontrollinstanz des Erlaubt- oder

Nichterlaubtseins psychischer Impulse und realer Verhaltensweisen verinnerlichten Anweisungen der Umwelt („Über-Ich“) und das aus der Vermittlung („Kompromissbildung“) der Impulse des Es und der Sanktionsdrohungen des Über-Ichs resultierende bewusste Leben und Erleben („Ich“).

(4) Ob und wie die Libido und ihre Partialtriebe gelebt und entwickelt bzw. ausgestaltet werden können und wie sich also „Über-Ich“ und „Ich“ und „Es“ ausbilden, ist abhängig einerseits von der Reaktion der Umwelt (Eltern, nahestehende Personen, gesellschaftlich bedingte Normgebungen, Medien) auf die (kindlichen) Äußerungen der Libido und ihrer Partialtriebe, andererseits von der Reaktion des bewusst-kontrollierend-vermittelnden Ichs.

(5) Impulse der Libido können direkt befriedigt werden. Sie können aber auch entweder vom Ich nach bewusster intensiver (geistiger) Auseinandersetzung willentlich oder aber vom Über-Ich vor ihrer eigentlichen Bewusstwerdung unwillentlich abgewehrt werden. Die Hauptaktionsweise des Über-Ichs ist die Angst. Diese wird vom Ich als unlustvoll erlebt und also vermieden. Geschieht diese Angstvermeidung noch vor der Bewusstwerdung des ursprünglichen Libidoobjektes, spricht die Psychoanalyse von den „Abwehrmechanismen“, z.B. von Verdrängung, Verschiebung, Sublimation, ...: Die psychische Energie des Libido- bzw. Triebimpulses wird vom ursprünglichen Objekt (beim kleinen Kind z.B. die Mutterbrust, später die Pizza, die Sexualaktivitäten etc.) auf Ersatzobjekte verlagert, abgewehrt, kehrt dann aber in verkleideter Gestalt wieder („Rückkehr des Verdrängten“). Indem diese Ersatzobjekte wiederum der Kontrolle des Über-Ichs und der Dynamik der Triebnatur ausgesetzt sind, entstehen neue Ersatzobjekte usw. ins Unendliche.

- (6) Als Ersatzobjekte fungieren Träume oder körperliche Verhaltensweisen bzw. Gestaltgebungen, z.B. Waschzwang, Exhibitionismus, sexuelle Perversionen, Platzangst, Phobien, geistig-kulturelles Arbeiten, etc., aber auch ‚ganz normale‘ Verhaltensweisen – nämlich dann, wenn sie vom Ich oder von den unbewussten Abwehrmechanismen als geeignet entdeckt und symbolisch mit psychischer Energie besetzt werden.
- (7) Jene Ersatzobjekte, die im Leben des erwachsenen Menschen die je aktuelle Firmierung seines Alltagslebens bedingen, bilden in ihrer unmittelbaren Gesamtheit die ‚psychische Angstkrankheit‘ eines Menschen, seine ‚Neurose‘.
- (8) Eine Heilung von der Neurose bzw. von neurotischen Symptomen kann im Rahmen einer psychoanalytischen Therapie auf drei Wegen geschehen:
- a) Technik der freien Assoziation, Methode der ‚Katharsis‘ (‚Reinigung‘): Zu einem bestimmten Thema werden alle Begriffe genannt, die dem Patienten einfallen („Das Peinliche zuerst“). Der Therapeut analysiert diese und macht dem Patienten die dieser Assoziationskette zugrunde liegende Dynamik bewusst.
 - b) Technik der Übertragung, Methode der ‚therapeutischen Allianz‘: Der Patient baut durch das empathische (einfühlsame) Agieren des Therapeuten ein Gefühl des Vertrauens diesem gegenüber auf, wodurch der Patient in die Lage versetzt wird, jene Gefühle, die seinen ursprünglichen äußeren Bezugspersonen bzw. den von diesen eigentlich zu ermöglichenden libidinösen Befriedigungen gegolten haben, nun nochmals zu erleben durch ihre Übertragung auf den Therapeuten (Therapeut agiert psychisch als Mutter, Vater, ...). Indem bzw. insofern dieser in der Lage ist, diesen Übertragungen seines Klienten angstfrei, also nicht-neurotisch zu begegnen, ihnen also auf der Empfindungs-

und Gefühlsebene adäquat zu antworten (,Gegenübertragung‘),
geschieht Heilung, Therapie.

- c) Technik der Traumdeutung: Der Traum ermöglicht die Befriedigung von (angstvoll) abgewehrten Impulsen der Libido. Indem Trauminhalt und -gehalt bewusst, d.h. erzählbar gemacht werden, wird der Traum zum „Königsweg des Unbewussten“: Abgewehrte Impulse werden bewusst, können akzeptiert und müssen daher nicht mehr ins Unbewusste abgewehrt werden, von wo aus sie sich nur mehr als neurotische Symptome auszusprechen vermöchten.