

## **Expedition in den dunklen Kontinent – Zum 150. Geburtstag von Sigmund Freud**

Interview mit dem Leiter des Salzburger Arbeitskreises für Psychoanalyse Bodo  
Kirchner und mit der Salzburger Psychoanalytikerin Ulrike Hutter

*Dorothea Steinlechner-Oberläuter*

(„Salzburger Nachrichten“, 6. 5. 2006)

- *Heuer jährt sich der 150. Geburtstag von Sigmund Freud, dem "Vater der Psychoanalyse". Neben dem ganzen Rummel um Mozart ist es um Sigmund Freud und die Psychoanalyse eher still geblieben. Was könnte dafür der Grund sein?*

**Hutter:**

Die Theorien Freuds sind einerseits in unsere Alltagsbegrifflichkeit eingegangen, andererseits stößt die Erforschung der Seele und ihrer Mechanismen nach wie vor auf Tabus. Seit der Freudschen Entdeckung des Unbewussten wissen wir, dass die Vernunft nicht die einzig bestimmende Kraft für unser Handeln ist. Psychoanalyse ist im weitesten Sinne ein Prozess der Aufklärung – über menschliches Handeln und Fühlen. Eine Event- und Fun-Kultur kann mit Freud und der Psychoanalyse wenig anfangen. Um Freud zu verstehen, braucht es Auseinandersetzung mit seinem Werk und keine Verehrung. Mozart lässt sich verehren auch ohne große Fachkenntnis. Aber auch im Mozartgedenkjahr zeigen sich viele Widersprüche. Einerseits "Mozarttrummel", aber zu wenig Geld für zeitgenössische, nicht eventbezogene Kulturförderung.

- *Unser Lebenstempo ist insgesamt rascher geworden. Auch auf dem Psychotherapiemarkt versprechen neue Methoden eine schnelle und effektive Lösung von Problemen, sowie die Änderung von Verhaltensweisen innerhalb weniger Therapiesitzungen. Ist die Psychoanalyse als therapeutische Methode heute noch zeitgemäß?*

**Hutter:**

Es liegt sicher nicht im Zeitgeist, so eine lange Behandlungsform zu wählen. Der Anachronismus, der in dieser Art der Behandlung liegt, hat aber schon wieder etwas Revolutionäres. Es soll doch alles möglichst schnell gehen. Aber gerade daran sind die Menschen doch auch krank geworden. Wir wollen zu Mac Donalds hinfahren und das Essen während des Autofahrens essen, um keine Zeit zu verlieren. Die Psychoanalyse ist dazu der Gegenentwurf. Die Psychoanalyse braucht Zeit, weil sie ein Beziehungsgeschehen aufbauen muss, um wirksam zu werden.

**Kirchner:**

Ich bin bezüglich grundsätzlichen Veränderungen so übers Wochenende skeptisch, einfach weil die menschliche Psyche über Jahre heranreift und auch neurotische und psychosomatische Symptome nicht übers Wochenende entstehen. Da trifft sich die Psychoanalyse auch mit der modernen Hirnforschung: die Verschaltungen der Denkvorgänge, die Flüsse der Neurotransmitter entstehen langsam und lassen sich auch nur langsam modifizieren. Psychoanalyse aber ist eine lang anhaltende Veränderung in den Einstellungen, Haltungen und Möglichkeiten des Menschen.

**Hutter:**

Psychoanalyse dauert außerdem auch immer so lange, wie ein Mensch an sich arbeiten möchte, wie fundiert er sich ändern möchte im Umgang mit sich selber. Symptomfreiheit ist da nur ein Kriterium. Manche sind schon zufrieden, wenn sie bestimmte Dinge tun können, andere sagen, nein, da gibt es noch etwas, wo ich mich gar nicht wohl fühle und auch wenn es lange dauert, ich möchte das. Aber diese Fragen stellen sich eigentlich nur am Anfang. Psychoanalysen dauern wirklich oft lange, wenn man sich die Stunden vergegenwärtigt, aber dem Patienten kommt es eigentlich nicht so lange vor. Drei Jahre sind schnell vorbei, wenn man etwas tut und das intensiv.

**Kirchner:**

Ich denke, die Psychoanalyse muss auch bescheiden sein und sagen: heilen tun auch andere. Es gibt viele therapeutische Techniken, die gleichwertig, oder in einzelnen Indikationen sogar überlegen sind, wenn es nur um die Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit geht, also nach Krankenkassenkriterien. Da mögen andere sogar effizienter sein. Aber das ist nicht das einzige oder eigentliche Ziel der Psychoanalyse. Es ist mit dem Menschenbild der Psychoanalyse nicht vereinbar, dass man nur eine Reparaturmedizin für Neurotiker schafft, und die möglichst rasch wieder in den Arbeitsprozess eingliedert um sie dort weiter verschleifen zu können.

**Hutter:**

Es geht in der Psychoanalyse nicht um schnelle, sondern um dauerhafte Verhaltensänderung. Sie ist auch kein Wellness-Verfahren, wo man Stress abbauen oder Energie auftanken kann. Psychoanalyse ist Arbeit an sich selbst, mit dem Ziel innere Konflikte und sich daraus ergebende krankmachende Lösungsversuche zu verändern. Wenn die Psychoanalyse gelungen ist, kann der Patient seine Lebenskonflikte ohne Unterstützung lösen und ohne sich und andere zu schädigen.

- *Über PsychoanalytikerInnen und ihre PatientInnen gibt es viele Witze und Karikaturen, z.B. den hinter der Couch schlafenden Psychoanalytiker. Was ist die besondere Qualität einer Psychotherapie im Liegen? Wie kommen Veränderungen im Patienten zustande?*

**Kirchner:**

Der Psychoanalytiker ist ja nicht der Schweigende hinter der Couch ist, sondern es ist der mitfühlende, mitdenkende, mitlebende Analytiker, der im innern oder im äußeren Dialog mit dem Patienten heraus etwas entwickelt. Die Veränderungen kommen dadurch zustande, dass jeweils das Ungedachte gedacht wird und das Unausgesprochene ausgesprochen wird. Der Psychoanalytiker ist im Idealfall das wache Gegenüber, oder der Dahintersitzende, der in der Lage ist, das auszusprechen, was der Patient noch nicht aussprechen kann, wo er sich noch nicht einmal vorstellen kann, dass das überhaupt existiert. Er bietet das in einem verständlichen Sinnzusammenhang dar, sodass auch klar wird, woher die Blockaden kommen, warum die Entwicklung an bestimmten Punkten stockt.

**Hutter:**

Durch die Beziehung zum Analytiker wird auch ein Raum eröffnet, der es ermöglicht, dass die eigene Lebensgeschichte lebendig wird und reflektiert und aufgearbeitet werden kann. Viele Menschen konnten in ihrer Beziehung zu wichtigen Elternfiguren keine Innenräume entwickeln, konnten diese nicht mit eigenen Phantasien und Vorstellungen füllen. Diese Beziehung, die das ermöglichen würde, ist in der Kindheit oft nicht da, und Kinder und später Erwachsene leiden darunter. Die Beziehung zum Psychoanalytiker wird dann zu einem wichtigen Entwicklungs- und Heilungsfaktor. Erst in der Sicherheit einer verstehenden, haltgebenden Beziehung können frühkindliche Defizite oder Fixierungen aufgespürt und überwunden werden.

Es ist außerdem eine emanzipatorische Idee, dass man zuerst verbunden sein muss, damit man sich lösen kann, damit man Trennungen aushalten kann, damit man ein Individuum wird. Das ist die Leitlinie für jede Psychoanalyse. Das Ziel ist natürlich Selbständigkeit und Selbstbestimmung. Das ist aber nur über ein Stück Abhängigkeit zu erreichen, aus der sich der Patient langsam lösen wird, ähnlich einer gelungenen Ablösung eines Kindes von den Eltern.

**Kirchner:**

Für mich ist die bevorzugte therapeutische Metapher die der Expedition: eine Expedition in den dunklen Kontinent, es gibt ein Terrain, das noch nicht bekannt ist, das aber die innere Seelenlandschaft darstellt; es gibt denjenigen, der sich auf die Suche macht, das ist der Expeditionsführer, in dem Fall der Patient. Und es gibt den Therapeuten, der als Wegbegleiter, als Ortskundiger, als Scout Fährten lesen kann, der vor den reißenden Wassern und gefährlichen Abhängen warnt, der aber auch weiß, wie man sie bewältigen kann, wie man Hindernisse überwinden kann –aufgrund seiner therapeutischen Erfahrung und Kompetenz, aber auch aufgrund seiner Eigenerfahrung. Im Idealfall führt dann diese Expedition dazu, dass es eine Karte gibt, dass am Ende der Therapie der Patient über eine Karte seines Inneren verfügt, die es ihm erlaubt, diese Orte aufzusuchen, sie auszubauen, zu entwickeln oder auch zu begrenzen. Es geht auch darum, Traumata oder destruktive Impulse einzugrenzen, sie nicht mehr aktiv werden zu lassen, sozusagen ein Reservat für die wilden Tiere zu schaffen,

wo sie ihren Lebensraum haben, aber wo sie nicht des Nachts in die Stadt eindringen und die Bewohner töten.

- *Ist Psychoanalyse nicht ein Luxus für Reiche? Wer kann sich eine über Jahre dauernde Psychotherapie heute noch leisten?*

**Kirchner:**

Jetzt in den Zeiten der Sparsamkeit ist es eine große Gefahr, dass daraus eine Therapieform für Reiche wird. Natürlich kann Psychoanalyse auch eine Selbsterfahrungsform für Reiche mit einem geringen Leiden sein. Aber das ist nicht die Realität. Wenn ich mir meine Praxis anschauen oder die von Kollegen, so haben wir mit Menschen mit schweren und einschränkenden Lebensproblemen zu tun, die unter einem erheblichen Leidesdruck stehen und wo die Behandlung kein Luxus ist. Auch wenn man mit Vertretern anderen Schulen spricht, dann wissen die das, dass zwischen 40 und 200 Stunden die meisten Psychotherapien laufen, manchmal mehr. Für das ganz normale psychische Elend in der Welt muss dieser Spielraum gewährleistet sein. Ich kenne niemanden, der sich behandeln lässt, weil es ihm so lustig ist.

**Hutter:**

"Auf was kann und will ich verzichten, um mir diese Therapie zu leisten" Das ist das Dilemma eines Patienten, aber auch eines Analytikers, der den Menschen gar nicht zumuten will, was an Kosten durch eine jahrelange Psychoanalyse anfällt. Nach wie vor gibt es einen großen Unterschied im Umgang mit körperlichen und psychischen Erkrankungen. Ein Onkologe zum Beispiel muss sich nicht fragen, was die Behandlung einer Krebserkrankung kostet, da diese durch unser Gesundheitssystem abgesichert ist. Die Gesamtkosten für Psychoanalyse bewegen sich jedoch im Promillebereich der Gesamtausgaben des Gesundheitsbudgets. Diese Schlechterstellung trifft Salzburger Psychoanalyse-Patienten besonders hart, da die Gebietskrankenkasse aufgrund rigoroser Stundenbeschränkung eine seriöse Psychoanalyse nicht finanziert.

- *Abschließend möchte ich Sie fragen, was Sie an der Psychoanalyse am meisten fasziniert.*

**Kirchner:**

Was mich seit meinen Anfängen in der Psychoanalyse am meisten fasziniert ist diese Entdeckerlust, diese Freude am Neuen, dem Ungewöhnlichen und Unbekannten, diese Lust am Anderen, vielleicht auch Verbotenen: zu denken, was in unseren Alltagsbedingungen nicht gedacht werden darf, weil es tabuisiert und verboten ist, aber wesentlich zum Menschen gehört. Die Psychoanalyse eröffnet Möglichkeiten, die ein Mensch sonst aus Zwängen, Einschränkungen und Denkverboten heraus nicht hätte; und mich fasziniert, dass das im Dialog passiert. Psychoanalyse ist ein Modell der Kommunikation, eine Form, über das zu reden, was den Menschen bewegt.

**Hutter:**

Mich fasziniert die Freudsche Entdeckung und differenzierte Beschreibung der beiden menschlichen Triebkräfte – Sexualität und Aggression. Aggression wird nicht als tabuisierte, "böse" Kraft gesehen, sondern als eine Kraft, die zu uns Menschen gehört, damit wir uns bewegen können, damit wir aktiv sein können, damit wir Ideen haben. Der Umschlag in Gewalt passiert nur dann, wenn irgendwas in der Entwicklungsgeschichte der Aggression schief gelaufen ist. In Bezug auf die Psychoanalyse als Therapiemethode ist es das Nach-Denkliche, das mich fasziniert. Die Bedeutung von einem Ereignis ist nicht festgeschrieben und wird auch nicht vom Analytiker gedeutet im Sinne einer Festlegung, sondern die Bedeutung wird in diesem Beziehungsraum, den die Analyse schafft, erarbeitet. Das Leben wird gedeutet, umgedeutet, damit der Einzelne freier sozialer und reifer werden kann.