



www.spiritualcare.de

Einführung in die psychodynamische Psychotherapie nach C. G. Jung

Eckhard Frick sj

Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Professur für Spiritual Care und psychosomatische Gesundheit

1. kausal → final

2. Symbolisierende Einstellung

3. Therapeutische Beziehung

4. Arbeit mit Träumen

5. Imaginative Methoden

6. Individuation: Therapie im Lebenszyklus

Ralf T. Vogel

Analytische Psychologie nach C.G. Jung

Kohlhammer

1. kausal → final

2. Symbolisierende Einstellung

3. Therapeutische Beziehung

4. Arbeit mit Träumen

5. Imaginative Methoden

6. Individuation: Therapie im Lebenszyklus

Das Symptom hegen und pflegen

Das Krankhafte kann nicht einfach wie ein Fremdkörper beseitigt werden, ohne dass man Gefahr läuft, zugleich etwas Wesentliches, das auch leben sollte, zu zerstören.

Unsere Aufgabe besteht nicht darin, es zu vernichten, sondern wir sollten vielmehr das, was wachsen will, hegen und pflegen, bis es schließlich seine Rolle in der Ganzheit der Seele spielen kann (Jung GW 16: § 293).

Symbol-Dynamik

Solange ein Symbol lebendig ist, ist es der Ausdruck einer sonstwie nicht besser zu bezeichnenden Sache. Das Symbol ist nur lebendig, solange es bedeutungsschwanger ist. Ist aber sein Sinn aus ihm geboren, d.h. ist derjenige Ausdruck gefunden, welcher die gesuchte, erwartete oder geahnte Sache noch besser als das bisherige Symbol formuliert, so ist das Symbol *tot*, d.h. es hat nur noch historische Bedeutung. Man kann deshalb immer noch davon als von einem Symbol reden, unter der stillschweigenden Voraussetzung, daß man von dem spricht, was es war, als es seinen besseren Ausdruck noch nicht aus sich geboren hatte.

(GW 6 § 896)

Symptom oder Symbol?

Freud hat m.E. darum von seinem Standpunkt aus mit Recht nicht von *symbolischen*, sondern von *Symptombhandlungen* gesprochen, denn für ihn sind diese Erscheinungen nicht symbolisch in dem hier definierten Sinne, sondern symptomatische Zeichen eines bestimmten und allgemein bekannten grundlegenden Prozesses.

Es gibt natürlich Neurotiker, die ihre unbewußten Produkte, welche in erster Linie und hauptsächlich Krankheitssymptome sind, als höchst bedeutungsvolle Symbole auffassen. Aber im allgemeinen ist dies nicht der Fall. Im Gegenteil, der Neurotiker von heute ist nur zu sehr geneigt, auch das Bedeutungsvolle nur als „Symptom“ aufzufassen.

Die Tatsache, daß es zwei distinkte, einander widersprechende und von hüben und drüben eifrig verfochtene Auffassungen gibt über Sinn und Nichtsinn der Dinge, belehrt uns, daß es offenbar Vorgänge gibt, die keinen besonderen Sinn ausdrücken, die bloße Konsequenzen, nichts als Symptome sind, und andere Vorgänge, welche einen verborgenen Sinn in sich tragen, die nicht bloß von etwas abstammen, sondern vielmehr zu etwas werden wollen und die darum Symbole sind. Es ist unserem Takt und unserer Kritik überlassen, zu entscheiden, wo wir es mit Symptomen und wo mit Symbolen zu tun haben. (GW 6 § 902)

Gegensatzspannung → transzendente Funktion → Symbol

Gelingt es infolge der Festigkeit des Ich weder der Thesis noch der Antithesis, das unbewußte Produkt aufzulösen, so ist damit dargetan, daß der unbewußte Ausdruck sowohl der einen wie der andern Seite überlegen ist. Die Festigkeit des Ich und die Überlegenheit des mittleren Ausdruckes über Thesis und Antithesis scheinen mit Korrelate zu sein, die sich gegenseitig bedingen. [...] (§ 906)

Bleibt der unbewußte Ausdruck dermaßen erhalten, so bildet er einen nicht aufzulösenden, sondern zu formenden Rohstoff, der zum gemeinsamen Gegenstand für Thesis und Antithesis wird. Er wird dadurch zu einem neuen, die ganze Einstellung beherrschenden Inhalt, der die Zerspaltung aufhebt und die Kraft der Gegensätze in ein gemeinsames Strombett zwingt. Damit ist der Stillstand des Lebens aufgehoben und das Leben kann weiter fließen mit neuer Kraft und neuen Zielen. (§ 907)

Gegensatzspannung → transzendente Funktion → Symbol /2

Ich habe diesen eben beschriebenen Vorgang in seiner Totalität als *transzendente Funktion* bezeichnet, wobei ich unter „Funktion“ nicht eine Grundfunktion, sondern eine komplexe, aus anderen Funktionen zusammengesetzte Funktion verstehe, und mit „transzendent“ keine metaphysische Qualität bezeichnen will, sondern die Tatsache, daß durch diese Funktion ein Übergang von der einen Einstellung in eine andere geschaffen wird. Der von Theis und Antithesis bearbeitete Rohstoff, der in seinem Formungsprozeß die Gegensätze vereinigt, ist das lebendige Symbol. In seinem für eine lange Epoche nicht aufzulösenden Rohstoff liegt sein Ahnungsreiches, und in der Gestalt, die sein Rohstoff durch die Einwirkung der Gegensätze empfängt, liegt seine Wirkung auf alle psychischen Funktionen. (§ 908)

1. kausal → final

2. Symbolisierende Einstellung

3. Therapeutische Beziehung

4. Arbeit mit Träumen

5. Imaginative Methoden

6. Individuation: Therapie im Lebenszyklus

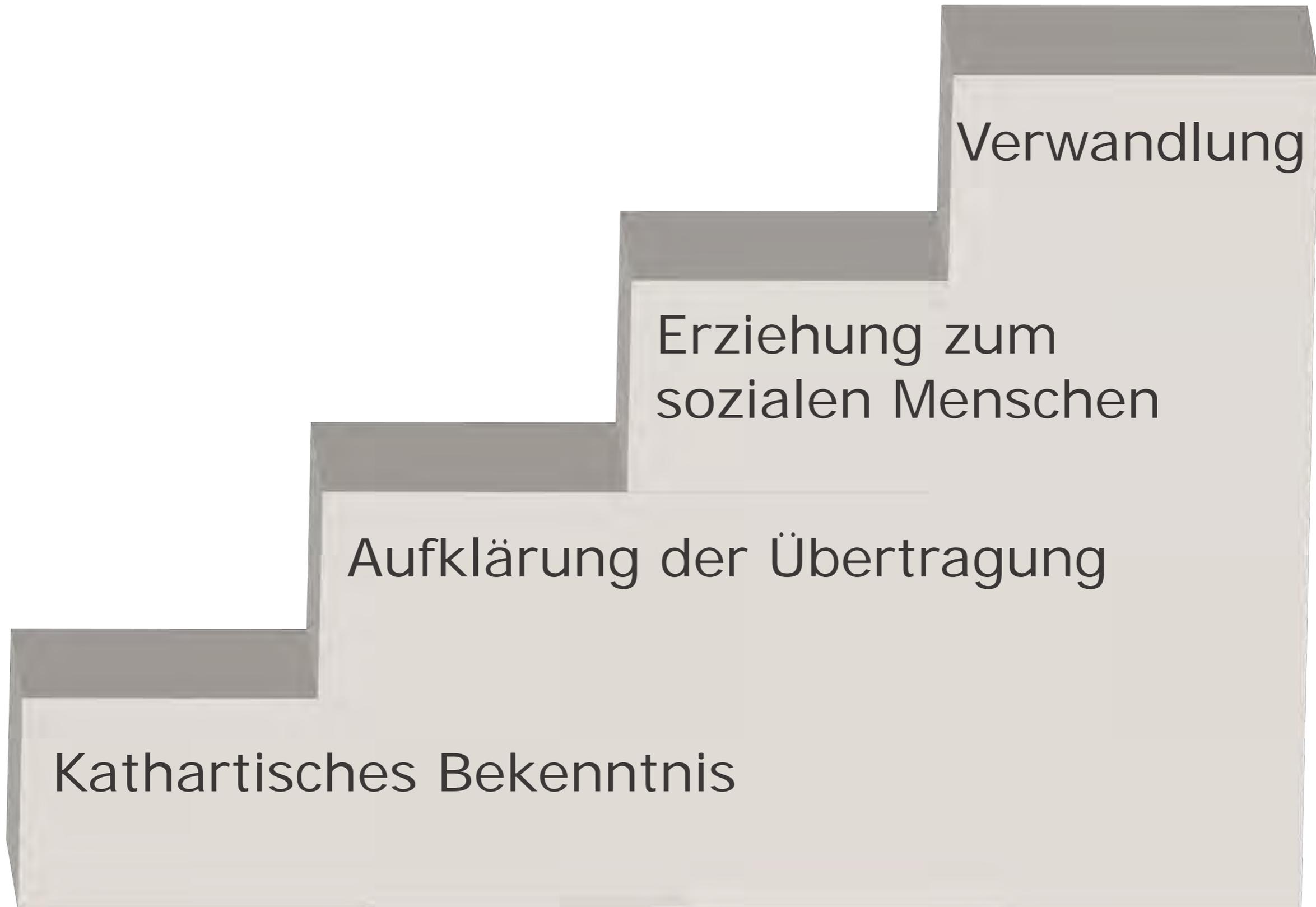
Kernelemente der Therapie (nach Vogel 2018)

- Symbolisierende Einstellung
- Arbeit in und mit der therapeutischen Beziehung
- Arbeit mit Träumen
- Aktive Imagination
- Psychodrama
- Maltherapie
- Sandspieltherapie
- Arbeiten mit Märchen und Mythen
- Therapie im Lebenszyklus

An / in / mit (Körner, 2016)

- Deutungen an der Übertragung zielen auf den Wiederholungscharakter innerer Konflikte, der dem Handeln des Patienten eine erkennbare Stereotypie verleiht, etwa so, dass er in seinem sozialen Alltag und auch in der therapeutischen Beziehung die immer gleichen Konflikte erwartet und inszeniert.
- Deutungen in der Übertragung thematisieren die Übertragung als Beziehungskonflikt zwischen unseren Patienten und uns – aber nicht wie von außen gesprochen («Ich erkläre Ihnen jetzt, was wir miteinander machen»), sondern mit dem Ziel, diesen Beziehungskonflikt gemeinsam durchzuarbeiten.

Probleme der modernen Psychotherapie (Jung GW 16)



Probleme der modernen Psychotherapie (Jung GW 16)

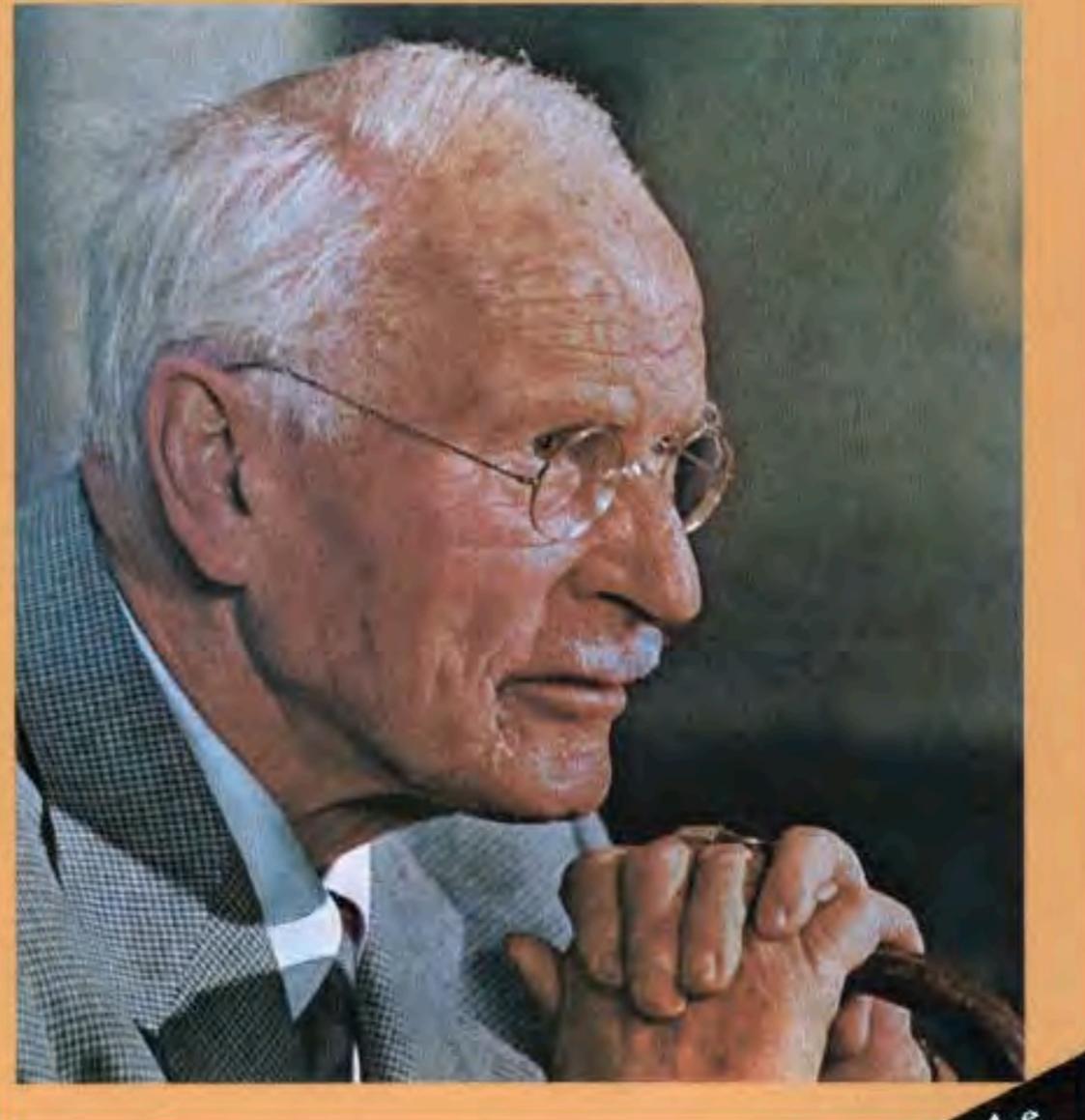


Die vierte Stufe der analytischen Psychologie verlangt also *Rückanwendung des jeweils geglaubten Systems auf den Arzt selber*, und zwar mit derselben Schonungslosigkeit, Konsequenz und Ausdauer, die der Arzt dem Patienten gegenüber an den Tag legt (§ 168). Der Schritt von der Erziehung zur *Selbsterziehung* ist ein logischer Fortschritt, der alle früheren Stufen ergänzt. Die Forderung der Stufe der Verwandlung, nämlich daß sich der Arzt wandle, damit er fähig werde, auch den Kranken zu verwandeln, ist eine, wie man leicht begreift, eher unpopuläre Forderung [...] (§ 170).

- unpraktisch
- unterliegt einem unangenehmen Vorurteil
- schmerzhaft, selber alle jene Erwartungen zu erfüllen, die man gegebenenfalls an seine Patienten richtet.

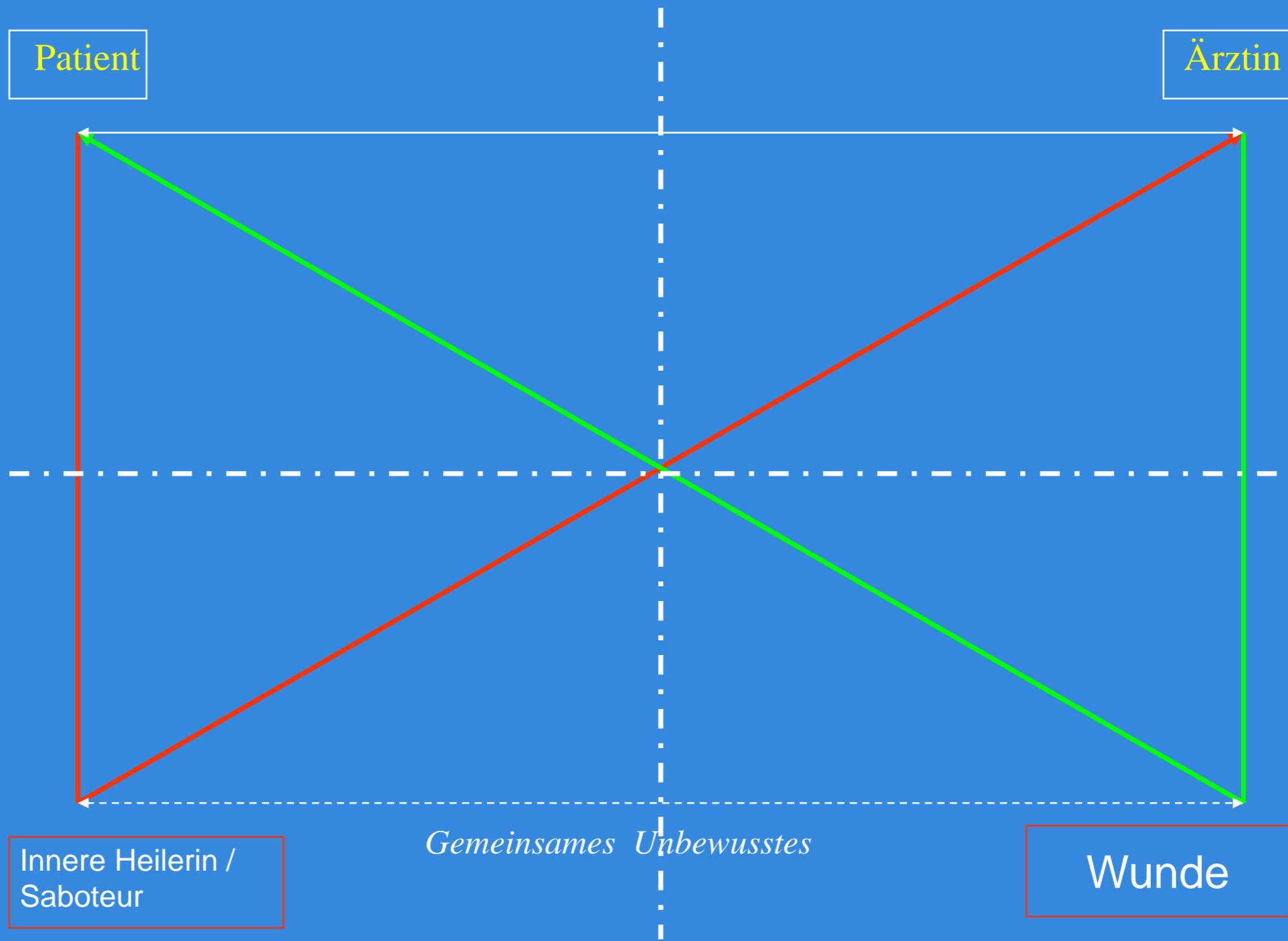
Erinnerungen, Träume, Gedanken von C.G. Jung

Aufgezeichnet und herausgegeben von Aniela Jaffé



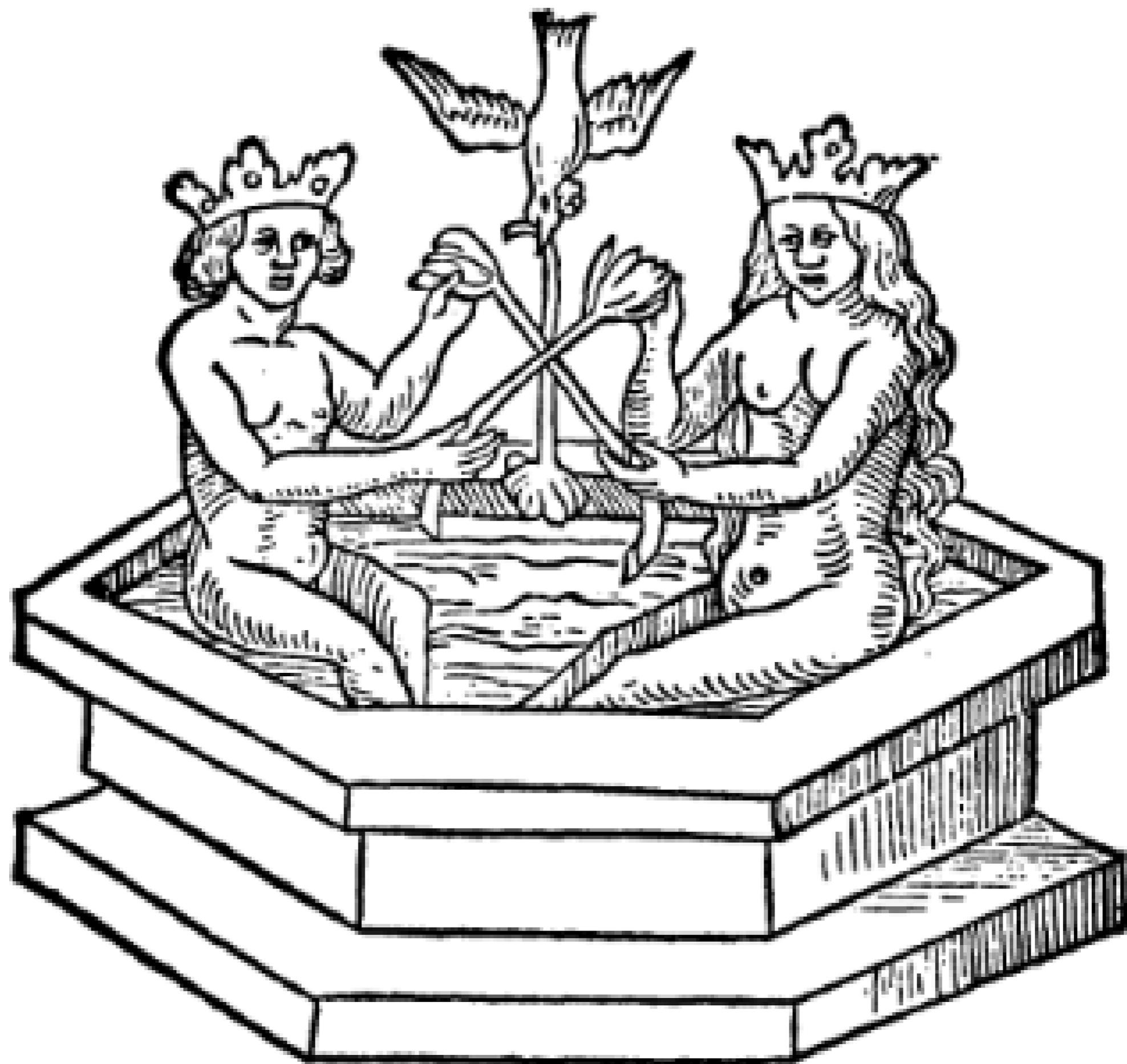
Jung 1961: 139

Als Arzt muß ich mich immer fragen, was mir der Patient für eine Botschaft bringt. Was bedeutet er für mich? Wenn er nichts für mich bedeutet, habe ich keinen Angriffspunkt. Nur wo der Arzt selber getroffen ist, wirkt er. «Nur der Verwundete heilt.» Wo aber der Arzt einen Persona-Panzer hat, wirkt er nicht. Ich nehme meine Patienten ernst. Vielleicht bin ich genauso vor ein Problem gestellt wie sie. Oft passiert es ja, daß der Patient gerade das richtige Pflaster für die schwache Stelle des Arztes ist. Daraus können schwierige Situationen entstehen, auch für den Arzt, oder gerade für ihn.



Frick: Psychosomatische Anthropologie, Stuttgart 2015





„Wenn es einem wirklich gelingen soll, einen Menschen zu einer bestimmten Stelle zu führen, muss man zuallererst darauf achten, ihn dort zu finden, wo er ist, und dort beginnen(...) Das ist das Geheimnis in der Kunst des Helfens. Jeder der dies nicht kann, unterliegt einer Selbsttäuschung, wenn er meint, einem anderen helfen zu können.

Um in Wahrheit einem anderen helfen zu können, muss ich mehr verstehen als er - zuallererst aber doch wohl begreifen, was er verstanden hat. Tu ich das nicht, so hilft mein größeres Verstehen ihm gar nichts. Will ich gleichwohl mein größeres Verstehen geltend machen, so ist es deshalb, weil ich eitel bin oder stolz, so dass ich im Grunde anstatt ihm zu nutzen eigentlich von ihm bewundert werden will. **Alles wahre Helfen beginnt jedoch mit einer Demütigung; der Helfer muss zuerst knien vor dem, dem er helfen möchte und dann verstehen, dass helfen nicht herrschen heißt, sondern dienen, dass helfen nicht Macht-, sondern Geduldausübung ist, dass die Absicht zu helfen, einem Willen gleichkommt, bis auf weiteres zu akzeptieren, im Unrecht zu bleiben und nicht zu begreifen, was der andere verstanden hat"** (Kierkegaard, 1859/1964: 39).

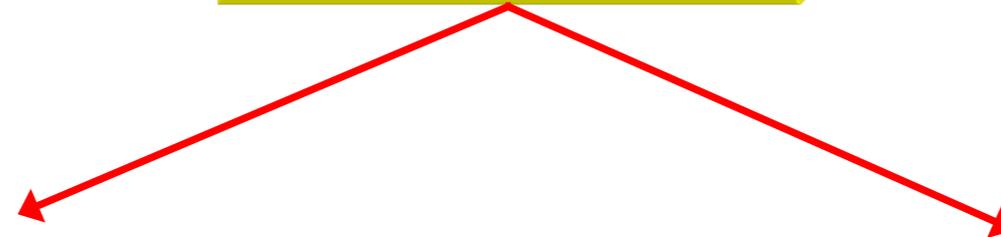
Der Gesichtspunkt für meine Wirksamkeit als Schriftsteller

Heidegger *Sein und Zeit* § 26

Die Fürsorge hat hinsichtlich ihrer positiven Modi zwei extreme Möglichkeiten. Sie kann dem Anderen die »Sorge« gleichsam abnehmen und im Besorgen sich an seine Stelle setzen, für ihn *einspringen*. Diese Fürsorge übernimmt das, was zu besorgen ist, für den Anderen. Dieser wird dabei aus seiner Stelle geworfen, er tritt zurück, um nachträglich das Besorgte als fertig Verfügbares zu übernehmen, bzw. sich ganz davon zu entlasten. In solcher Fürsorge kann der Andere zum Abhängigen und Beherrschten werden, mag diese Herrschaft auch eine stillschweigende sein und dem Beherrschten verborgen bleiben. Diese einspringende, die »Sorge« abnehmende Fürsorge bestimmt das Miteinandersein in weitem Umfang, und sie betrifft zumeist das Besorgen des Zuhandenen.

Ihr gegenüber besteht die Möglichkeit einer Fürsorge, die für den Anderen nicht so sehr einspringt, als daß sie ihm in seinem existenziellen Seinkönnen *vorausspringt*, nicht um ihm die »Sorge« abzunehmen, sondern erst eigentlich als solche zurückzugeben. Diese Fürsorge, die wesentlich die eigentliche Sorge – das heißt die Existenz des Anderen betrifft und nicht ein *Was*, das er besorgt, verhilft dem Anderen dazu, *in* seiner Sorge sich durchsichtig und *für* sie *frei* zu werden.

Fürsorge



einspringende

Vertikale Spaltung des Archetyps wird durch Macht überbrückt

äußerer Arzt an Stelle des inneren Heilers

vorausspringende

Rücknahme der Projektionen zwischen Arzt und Patient

Ressourcen-Mobilisierung innerer Heiler aktiv

45 Psychologische Praxis

Herausgeber
R. Schmitz-Scherzer, Bonn

Macht als Gefahr beim Helfer

Adolf Guggenbühl-Craig

5., unveränderte Auflage



Verwundete Heiler



45 Psychologische Praxis

Herausgeber
R. Schmitz-Scherzer, Bonn

Macht als Gefahr beim Helfer

Adolf Guggenbühl-Craig

5., unveränderte Auflage

 KARGER

Guggenbühl-Craig 1971

Jesus Christus nun wird verwundet und trägt die Sünden der Menschen. Er selbst leidet an Sünde und Tod. Er heilt die Welt von Sünde und Tod, doch er selbst trägt alle Sünde und hat am Kreuz zu sterben. Und Jesus Christus hat keinerlei Macht. Er weigerte sich, je Macht zu brauchen, nur sein Vater, Gott, wird als mächtig anerkannt. ...

Guggenbühl-Craig 1971

... So ist er der ›verwundete Heiler‹ im höchsten Sinne. Durch den Kreuzestod hat Christus die Welt geheilt von Sünde und Tod, dadurch, dass er beide auf sich nahm, und nicht durch Ausweichen und nicht dadurch, dass er sich distanzierte. Im Vergleich zu ihm ist der Arzt nur ein kleiner Zwerg, der sich in den Kampf zwischen Leben und Tod, Krankheit und Gesundheit wirft.

Jakob Levy Moreno (1889-1974)

*O wie bin ich krätzig und lahm,
Selber den Weg zu gehn.
An eigener Unrast krank,
Muss ich euch leidend sehn.
Soll meine, soll deine Wunde genesen vorher?
Ich muss uns beiden helfen:
Nichts weiß ich mehr.
So kommt an mein Krankenbett,
Ob gesund oder krank.
Nehmet von mir, dem kranken Arzt, den
Trank.*



1. kausal → final

2. Symbolisierende Einstellung

3. Therapeutische Beziehung

4. Arbeit mit Träumen

5. Imaginative Methoden

6. Individuation: Therapie im Lebenszyklus

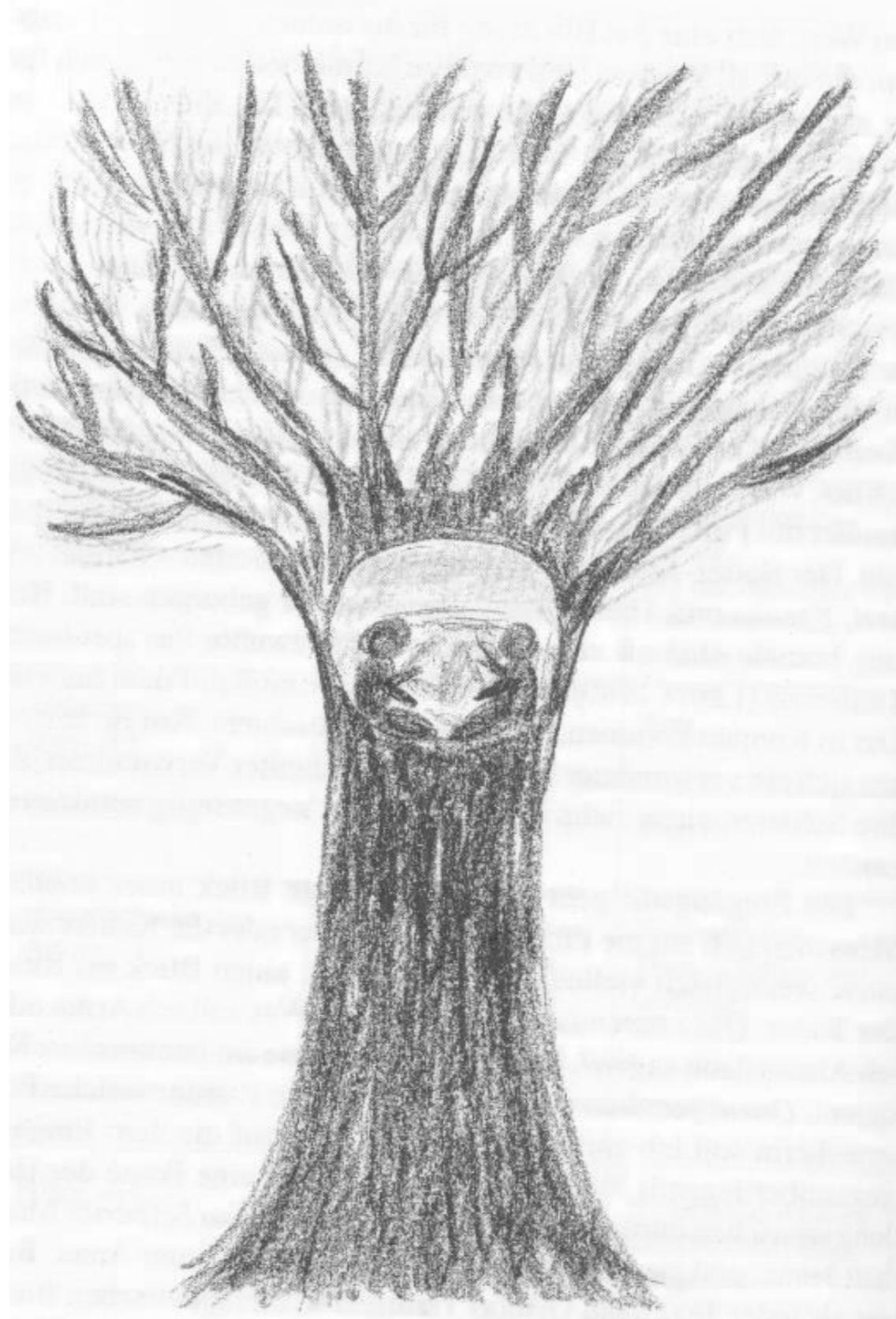
»spontane Selbstdarstellung der aktuellen Lage des Unbewussten in symbolischer Form« (Jung 1928c, GW8 § 505).

1. Kontemplation
 2. Darstellung und Deskription
 3. Imagination
 4. Amplifikation
 5. Evtl. Assoziation (objektstufig, dann subjektstufig)
- (Vogel 2016)

Theatermodell des Traumes

»Die ganze Traumschöpfung ist im wesentlichen subjektiv, und der Traum ist jenes Theater, wo der Träumer Szene, Spieler, Souffleur, Regisseur, Autor, Publikum und Kritiker ist. Diese einfache Wahrheit ist die Grundlage jener Auffassung des Traumsinnes, die ich als Deutung auf der Subjektstufe bezeichnet habe. Diese Deutung faßt [...] alle Figuren des Traumes als personifizierte Züge der Persönlichkeit des Träumers auf«

(Jung GW 8: § 509).



1. kausal → final

2. Symbolisierende Einstellung

3. Therapeutische Beziehung

4. Arbeit mit Träumen

5. Imaginative Methoden

6. Individuation: Therapie im Lebenszyklus

1. kausal → final

2. Symbolisierende Einstellung

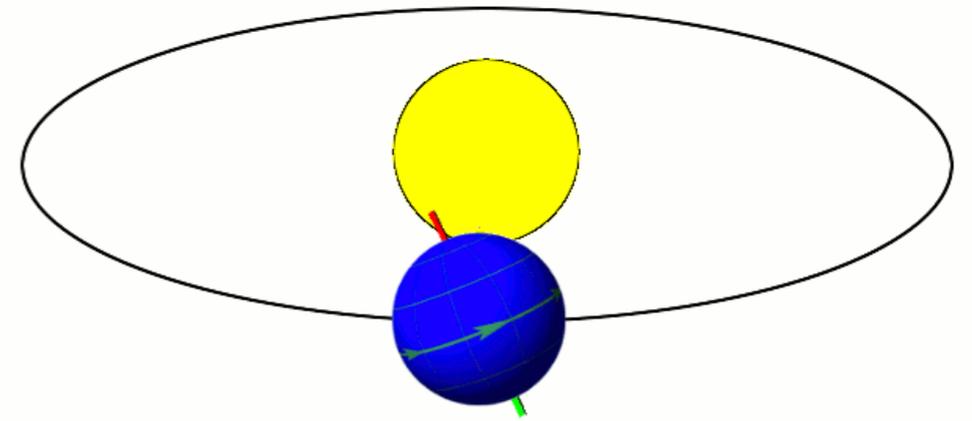
3. Therapeutische Beziehung

4. Arbeit mit Träumen

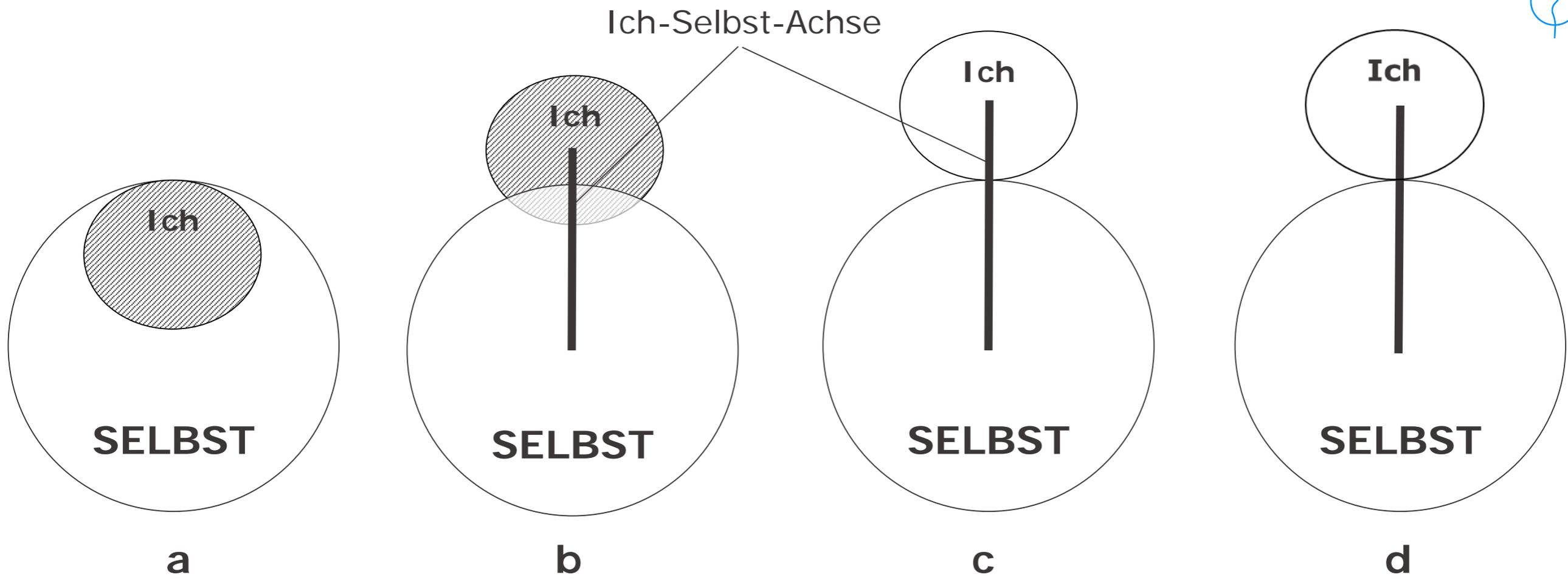
5. Imaginative Methoden

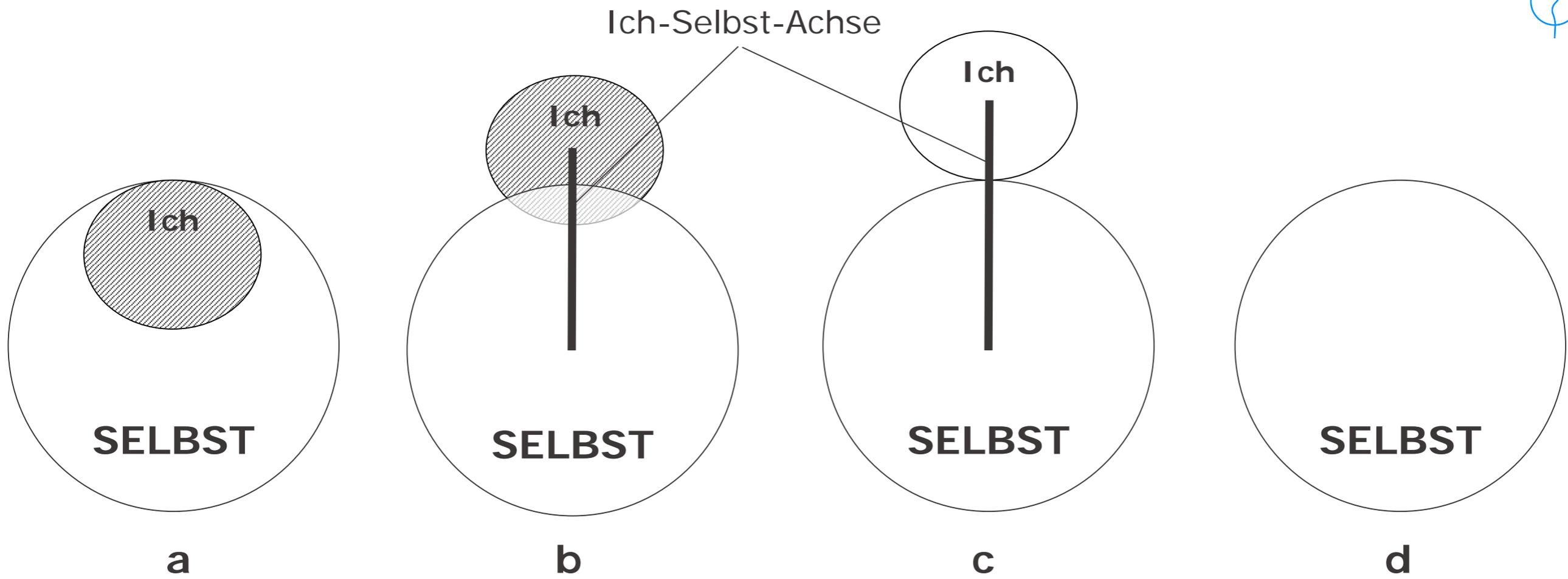
6. Individuation: Therapie im Lebenszyklus

Jung: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten (GW 7: § 405)



„Mit der Empfindung des Selbst als etwas Irrationalem, undefinierbar Seiendem, dem das Ich nicht entgegensteht und nicht unterworfen ist, sondern anhängt, und um welches es gewissermaßen rotiert, wie die Erde um die Sonne, ist das Ziel der Individuation erreicht. Ich gebrauche das Wort >Empfindung<, um damit den Wahrnehmungscharakter der Beziehung von Ich und Selbst zu kennzeichnen.“





Erich Neumann (1905-1960)

Auf der positiven Urbeziehung fußend, entwickelt der Mensch ein psychisches System, dessen Zentren Selbst und Ich darstellen, die in der «Ich-Selbst-Achse» zusammengeschlossen sind. Sie ist die Grundlage der Ausgleichs- und Gleichgewichtstendenz der Persönlichkeit, und an ihr spielt sich die Kompensation nicht nur zwischen dem Ich und dem Unbewussten ab, sondern auch die zwischen der Welt und dem Individuum (Neumann 1963: § 380).



C.G. Jung: Seele und Tod

„Mit der Erlangung der Reife und des Höhepunktes des biologischen Lebens, welcher ungefähr mit der Lebensmitte zusammenfällt, hört aber die Zielstrebigkeit des Lebens keineswegs auf. Mit derselben Intensität und Unaufhaltsamkeit, mit der es vor der Lebensmitte bergauf ging, geht es jetzt bergab, denn das Ziel liegt nicht auf dem Gipfel, sondern im Tale, wo der Aufstieg begann. Die Kurve des Lebens ist wie eine Geschoßparabel. In seiner anfänglichen Ruhelage gestört, steigt das Geschoß und kehrt wieder zur Ruhelage zurück“ (GW 8, § 798).

C.G. Jung: Seele und Tod

„Ist man mit einiger Verspätung schließlich doch auf einen Gipfel gelangt, so setzt man sich psychologisch auch dort wieder zur Ruhe, und obschon man merken könnte, wie man auf der anderen Seite wieder herunterrutscht, so klammert man sich doch wenigstens mit anhaltenden Rückblicken an die einstmals erreichte Höhe. Wie früher die Furcht als Hemmnis vor dem Leben stand, so steht sie jetzt vor dem Tode“ (GW 8, § 799).

C.G. Jung: Seele und Tod

„Der Nährboden der Seele ist das natürliche Leben. Wer dieses nicht begleitet, bleibt in der Luft hängen und erstarrt. Darum verholzen so viele Menschen im reifen Alter, sie schauen zurück und klammern sich an die Vergangenheit mit geheimer Todesfurcht im Herzen. Sie entziehen sich dem Lebensprozeß wenigstens psychologisch und bleiben darum als Erinnerungssäulen stehen, die sich zwar noch lebhaft an ihre Jugendzeit zurückerinnern, aber kein lebendiges Verhältnis zur Gegenwart finden können.“

C.G. Jung: Seele und Tod

Von der Lebensmitte an bleibt nur der lebendig, der mit dem Leben sterben will. Denn das, was in der geheimen Stunde des Lebensmittags geschieht, ist die Umkehr der Parabel, *die Geburt des Todes*. Das Leben der zweiten Lebenshälfte heißt nicht Aufstieg, Entfaltung, Vermehrung, Lebensüberschwang, sondern Tod, denn sein Ziel ist das Ende. Seine-Lebenshöhe-nicht-Wollen ist dasselbe wie Sein-Ende-nicht-Wollen. Beides ist: Nicht-leben-Wollen. Nicht-leben-Wollen ist gleichbedeutend mit Nicht-sterben-Wollen. Werden und Vergehen ist dieselbe Kurve“ (GW 8, § 800).

Einführung in die psychodynamische Psychotherapie nach C. G. Jung

Eckhard Frick sj

Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Professur für Spiritual Care und psychosomatische Gesundheit