Die eigene Stimme entdecken

Der kreative Prozess von Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben

Ralf Zwiebel

Summary

Discover your own voice: The creative process of becoming an analyst and remaining an analyst

This essay discusses one aspect of the plurality of psychoanalysis, a commonly recurring concept in current literature. In particular, it focuses on the creative process of becoming an analyst and remaining an analyst within the analytical situation. Given the multitude of external and internal voices, the analytical situation is considered a potential free space for the analytical couple to discover its own voice. An analyst's core functions comprise attentive listening, whilst letting go, allowing things to come on their own and interpreting them. The analyst is thus required to take a step back in order to discover his own voice.

Key words: becoming an analyst; plurality of voices; taking a step back

Vielstimmigkeit und das Finden der eigenen Stimme

Der Zürcher Philosoph Michael Hampe spricht in seinen Arbeiten von Polyphonie oder Vielstimmigkeit in der Philosophie und Wissenschaft, die er an zwei Beispielen – einem bislang ungeklärten Naturereignis in Sibirien (Tunguska) und der Frage nach den Quellen des Glücks – in einem vielstimmigen Gespräch zwischen fiktiven Wissenschaftlern und Denkern detailliert auffächert [1, 2]. Dabei lässt er einen seiner Protagonisten sagen: *«Denn die Wahrscheinlichkeit, eine eigene Stimme zu entwickeln, die Fremdheit der anderen zu ertragen und zu schätzen, ist in der einen starken Konformitätsdruck ausübenden universitären Welt ja ganz gering.»* ([1], S. 263)

Mit einiger Sicherheit beschränkt sich diese Feststellung nicht nur auf die universitäre Welt, sondern lässt sich sowohl generalisieren als auch auf die psychoanalytische Welt beziehen. Dies ist beispielsweise einer Arbeit von Gabbard und Ogden mit dem Titel «On becoming a psychoanalyst» zu entnehmen, in der sie die Schwierigkeiten, aber auch Notwendigkeit beschreiben, einen eigenen Stil, eine eigene Stimme als Analytiker zu entwickeln [3]. Sie diskutieren eindrucksvoll die dialektische Spannung zwischen Eigenem und Fremdem, zwischen dem Entdecken der eigenen Stimme und dem kreativen Gebrauch der Stimmen der Lehrer und analytischen Vorbilder. Daraus lässt sich auch vermuten, dass es eine äussere und eine innere Vielstimmigkeit gibt, die in einer engen Verschränkung zu betrachten ist und aus der sich die eigene Stimme heraus entwickeln kann und auch zu behaupten hat.

Dieser Beginn meiner Ausführungen wirft mich aber selbst zugleich in dieses Spannungsfeld von Fremdem und Eigenem, das ich eben angesprochen habe: Ich habe fremde Stimmen zitiert und muss doch gleichzeitig meine eigene Stimme finden oder sogar entdecken, um mit dem Leser in einen dialogischen Kontakt zu kommen. Daher gebe ich einige eigene Beispiele, die für mich persönlich Ausdruck dieser komplexen, dialektischen Spannung zwischen innerer und äusserer Vielstimmigkeit und dem Entdecken der eigenen Stimme sind.

In Heft 4 dieses Jahres der Zeitschrift «Psyche» finden sich nebeneinander zwei Arbeiten von Schweizer Psychoanalytikern, die sowohl Ausdruck der Vielstimmigkeit der Psychoanalyse als auch Ausdruck einer eigenen Stimme der Autoren in dieser Polyphonie sind: H. Müller-Pozzi und U. Moser (mit V. Hortig) schreiben in für sie charakteristischer Weise (Stil, Wortwahl, Begrifflichkeit) über frühe Objektbeziehungen in einem jeweils spezifischen Kontext: die Rolle des Anderen in der Entwicklung eines sexuellen Selbst bzw. die Abbildung von introjektiven Beziehungsprozessen im Traum [4, 5]. Als möglicher Review-Gutachter für diese Zeitschrift hätte ich die beiden Autoren in den anonymisierten Arbeiten nach wenigen Sätzen identifizieren können als Ausdruck dafür, dass diese beiden Autoren eine eigene Stimme, eine eigene Sprache, vielleicht sogar ein ganz eigenes Vokabular entwickelt haben [6].

In den von D. Tuckett initiierten «working parties» auf den Tagungen der EPF arbeiten Psychoanalytiker an einem einzigen Fall und an einem Stundenprotokoll sehr detailliert das jeweilige individuelle Arbeitsmodell des vorstellenden Analytikers heraus. Vor allem die intensive Diskussion der Interventionen des vorstellenden Analytikers durch die Kollegen demonstriert die Vielstimmigkeit der Arbeitsgruppe, das Schulen-übergreifende Denken der Teilnehmer der Gruppe, aber auch die jeweils spezi-

Nach einem Referat am Symposium Spielräume – Kreativität in therapeutischen Beziehungen, Liestal, 13.11.2014.

fische Denk- und Sprachweise des vorstellenden Analytikers [7].

Die psychoanalytische Beschäftigung mit Spielfilmen (als Beispiel für eine Form der Kunstpsychoanalyse) bestätigt ein Phänomen, das vielfach beschrieben wird: Jeder Zuschauer kreiert sozusagen seinen eigenen Film, mit teilweise erheblich abweichenden Eindrücken, Reaktionen und Deutungen. In mehreren Anläufen haben wir jeweils einen einzigen Film von verschiedenen Filmpsychoanalytikern interpretieren lassen und dabei sowohl die Vielstimmigkeit als auch die jeweils eigene Stimme der Autoren entdecken können [8–10].

Als ein letztes Beispiel, das die Dialektik von Polyphonie und eigener Stimme noch einmal anders zu beleuchten vermag, erwähne ich zwei grosse Denker der Weltgeschichte: Der historische Buddha hat als Gründer einer Weltreligion vor über 2500 Jahren eine eigene Stimme und Antwort auf das grundlegende menschliche Leiden gefunden, das erst hunderte Jahre später von seinen Schülern aufgeschrieben wurde; S. Freud hat vor über 100 Jahren mit der Entdeckung der Psychoanalyse eine völlig neue Begrifflichkeit und Sprache geschaffen, die ebenfalls als Antwort auf menschliches Leiden – er nannte es früh: hysterisches Elend [11] – zu verstehen ist. Falls sich Buddha und Freud in einem fiktiven Himmel treffen würden und in einen Dialog kämen, wäre ein Übersetzer nicht nur der realen Fremdsprache, sondern auch der fremden Begrifflichkeit zwingend vonnöten. Aber man kann ebenfalls davon ausgehen, dass heutige Buddhisten und moderne Psychoanalytiker ebenfalls eine Übersetzungsarbeit leisten müssen, indem sie die zuerst fremden, äusseren Stimmen in ihrem Innern übersetzen und so über einen Aneignungsprozess zu einer eigenen Stimme kommen können. Wir werden also nach der Art dieser «Übersetzungsarbeit» zu fragen haben [12].

Konflikthafte Emotionen und das Problem der Gewissheit

Diese wenigen Beispiele machen auf eine Dynamik aufmerksam, auf die ich später noch einmal zurückkommen werde: die Konfrontation mit der Vielstimmigkeit in der äusseren, aber auch der inneren Welt erfordert nicht nur das Ertragen und Wertschätzen der Fremdheit, wie es Hampe formuliert, sondern erfordert auch eine Toleranz für die Unendlichkeit, die Unbegrenztheit oder Unerschöpflichkeit der möglichen Fragen und Antworten auf die Phänomene dieser inneren und äusseren Welten, die in dieser Vielstimmigkeit zum Ausdruck kommen.

Es ist nun anzunehmen, dass dieses Spannungsfeld grundsätzlich konflikthafte Emotionen weckt: in der Entwicklung der eigenen Stimme der Wunsch, gesehen und gehört zu werden, eine Spur zu hinterlassen, sich zu behaupten, eine Anerkennung für die eigene Einzigartigkeit zu finden, das Nicht-Wissen in Wissen zu transformieren oder, wie es Hampe nennt, eine «semantische Autonomie» zu gewinnen. Die Kehrseite dieser Wünsche ist die Angst und Scham, sich zu zeigen und zu äussern, die manchmal bis zur Vernichtungsangst gehen kann, die Begrenztheit des eigenen Denkens zu erkennen, die schmerzhafte Konfrontation mit dem Nicht-Wissen und dem Nicht-Gehört-Werden.

Konflikthafte Emotionen löst aber auch die Vielstimmigkeit aus: der Wunsch, andere zu hören und zu verstehen, an dem Wissen der Welt zu partizipieren, in einen Dialog mit anderen zu treten und sich auszutauschen und eine «forschende Grundhaltung» zu realisieren. Aber auch hier die Kehrseite des Unbehagens: aufkommende Neid- und Konkurrenzgefühle, die Versagung durch die Unbegrenztheit und Unendlichkeit der Vielstimmigkeit, die Angst vor dem Verlust der «semantischen Autonomie» (bzw. der Kampf um sie) und damit einhergehende Minderwertigkeits- und Kleinheitsgefühle. Es scheint mir eine relevante Frage zu sein, wie Menschen mit diesen konflikthaften Emotionen umgehen, und ich schlage vor, dies am Beispiel der analytischen Situation einmal etwas genauer zu untersuchen.

Zuvor möchte ich jedoch noch eine begriffliche Klärung bezüglich der Vielstimmigkeit und dem Entdecken der eigenen Stimme versuchen. Es sei hier nicht strikt zwischen dem Denken und dem Sprechen unterschieden: Ich verstehe also das Denken als eine Form von innerem Sprechen, das sich manchmal im äusseren Sprechen manifestiert, aber oft genug auch stumm und ungehört bleibt. Dabei ist die äussere Vielstimmigkeit am leichtesten zu beschreiben: Man denke nur an Alltagsgespräche auf einer Gesellschaft, an klinische Falldiskussionen, an Talkshows im Fernsehen, an Diskussionen über Kunst, Diskussionen im Parlament, die vielfältigen wissenschaftlichen Publikationen usw.

Meinungen, Wertungen, Erzählungen und Behauptungen werden ausgetauscht und prallen dabei oft heftig aufeinander und spiegeln die Vielfalt des Erlebens und Denkens der Menschen in der Welt als ein unendliches Sprachengewirr. Die innere Vielstimmigkeit ist schwieriger zu beschreiben, da sie eine gewisse Introspektion erfordert und viele Stimmen im Verborgenen wirken: Dass das, was man für das eigene Denken und die eigene Stimme hält, oft eine

andere, eine fremde Stimme ist bzw. dass diese Stimme aus verschiedenen, sich widersprechenden Stimmen besteht, bleibt nicht selten verborgen und unerkannt. Die eigene Sprache war ja zuerst eine fremde Sprache (man wird zunächst in eine fremde Sprachenwelt hineingeboren), und in einem etwas übertriebenen Sinne könnte man sagen, dass wir alle Plagiatoren sind.[1]

Die Schwierigkeit einer Differenzierung von eigener und fremden Stimme kommt beispielsweise im Phänomen des Gewissens zum Ausdruck: Die ursprünglichen Gebote, Verbote und Ideale der Eltern und der Gesellschaft haben oft längst ihre Fremdheit für uns verloren, und wir sprechen sie aus, als ob sie tatsächlich ursprünglich zu uns gehörten. Diese Differenzierung von Eigenem und Fremdem erscheint als ein grundsätzliches Problem: Das Denken und das damit verbundene Sprechen steigt ja aus einem unbewussten Grund auf – man könnte mit Bollas [13] von einer «unbewussten Denkfabrik» sprechen – und wird, ehe es ins Bewusstsein kommt, durch einen komplizierten Filterungsprozess geformt, bei dem Wahrnehmungen, Erinnerungen, Affekte, Fokussierungen, Verdrängungen eine schwer durchschaubare selektive Funktion haben. Dieses Aufsteigen des Denkens aus einem «dunklen Grund» beschreibt übrigens auch G. Steiner in seinem bemerkenswerten Text «Warum Denken traurig macht» [14]. Man kann davon ausgehen, dass nur ein Bruchteil des gesamten psychischen Prozesses das Bewusstsein erreicht. Zum «Eigenen» werden diese Gedanken dann durch eine Form von Identifizierung, in dem die auftauchenden Gedanken als Eigenes bezeichnet und dem Ich zugeschrieben werden. Kann man dann schon von einem Sprechen mit der eigenen Stimme sprechen, wenn doch die Herkunft des Denkens grundsätzlich aus dem Unbekannten kommt? Ja, wir sagen, dass das Ich eine Wahl hat und nur das zur Sprache bringt, was dem Ich dringlich, kohärent und sagbar erscheint. Es bleibt aber die Frage, ob das Sprechen mit der eigenen Stimme aus dieser Sicht nicht auch eine Illusion ist, weil man nie den Zweifel ausschliessen kann, ob man selbst oder ein anderer aus einem spricht. In dem Sinne kann man sagen, dass echte Originalität äusserst selten ist – Einstein soll gesagt haben, er habe in seinem ganzen Leben nur zwei authentische Ideen gehabt ([14], S. 39).

Die Fehlleistungen wie das Versprechen sind ja der eindrückliche Beweis für die innere Vielstimmigkeit, in dem sich eine Stimme Gehör verschafft, die ansonsten unterdrückt bleibt. Das Versprechen ist gleichsam der Kontrollverlust des bewussten Ich und konfrontiert den Sprecher mit der berühmten Aussage Freuds, dass das «Ich nicht Herr im eigenen Haus» ist [15].

Der Philosoph G. Böhme hat mit der Bezeichnung des Ich-Selbst den Versuch gemacht, dieses polare Spannungsfeld der Person in ein bewusstes Ich und ein weitgehend unbekanntes, unbewusstes Selbst auf den Begriff zu bringen [16]. Dabei ist das Ich die gesellschaftlich verlangte intellektuell konsistente und moralisch verantwortliche Person, die dem Einzelnen nicht gegeben ist, sondern entwickelt werden muss. Das Selbst dagegen ist jenes von Nietzsche genannte grosse Selbst, der Leib, das Unbewusste, dem der Einzelne in «betroffener Selbstgegebenheit» gleichsam ausgeliefert ist. Das bewusste Ich hätte danach die eigene Stimme zu entwickeln, während das unbewusste Selbst Ausdruck der Vielstimmigkeit ist und bleibt.

Wir müssen wohl vorerst damit zufrieden sein, dass das Denken und Sprechen immer kompromisshaften Charakter hat und grundsätzlich keine Gewissheit herstellbar ist, wie viel Eigenes und wie viel Fremdes im Denken und Sprechen zum Ausdruck kommen: welchen Anteil das bewusste Ich und welchen Anteil das unbewusste Selbst an unserem Denken und Sprechen hat.[2,3] Mit dem Begriff der «Stimmigkeit» könnte man vielleicht die Erfahrung auf den Begriff bringen, die man mit sich selbst und bei Anderen immer wieder erleben kann und die man mit Begriffen wie Authentizität, Echtheit oder im negativen Fall mit Gerede, Nachplappern, Geschwätz usw. zu greifen versucht. Mit dem Begriff der «Stimmigkeit» geht es weniger darum, ob es so etwas wie eine «eigene Stimme», die dann auch noch entdeckt werden kann, wirklich gibt, sondern ob das Denken und die Stimme der jeweiligen inneren und äusseren Situation angemessen sind, ob sie passen, sich einfügen und die Situation weiterzuentwickeln helfen; ich merke hier nur an, dass dies ein Gedanke ist, der mehr aus dem östlichen Denken kommt, etwa im Sinne einer Unterscheidung zwischen Prozess- und Substanzontologie [17–19]. Es geht dabei weniger um wahre Aussagen wie im westlichen Denken, sondern um stimmige Aussagen, welche die momentane Situation voranbringen.

Die Stimmen im Analysezimmer

Nach diesen Vorüberlegungen möchte ich mich jetzt etwas detaillierter der analytischen Situation zuwenden: das Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben im Zusammenhang mit dem Entdecken der eigenen Stimme und der Stimmigkeit in der analytischen Situation oder Beziehung. Man kann sicherlich da-

1 G. Steiner schreibt dazu: «Wir werden in eine sprachliche Matrix hineingeboren, die geschichtlich ererbt ist und an der alle teilhaben. Die Wörter, die Sätze, die wir benutzen, um unser Denken nach innen oder aussen zu übermitteln, gehören einer gemeinsamen Währung.»([14], S. 37)

2 G. Steiner beschreibt einige der Gründe, warum Denken unvermeidlich traurig macht: Es ist unbegrenzt und unvollkommen, es ist ungeordnet und unkontrolliert (wie der Atem kann es kaum angehalten werden), es steht in dem Widerspruch von Einzigartigkeit und Gewöhnlichkeit, es konfrontiert mit Getrenntheit und Einsamkeit, es bleibt fiktiv und kann nicht die «Wahrheit» erreichen, es führt zu enttäuschten Hoffnungen durch die Kluft von Vorstellung und Realität, es ist intransparent im Sinne der Undurchsichtigkeit (vor allem auch im Bereich der Liebe), der Ungerechtigkeit zwischen dem «grossen Denken» und dem Ideal der Gleichberechtigung usw. [14]

3 Hier sei auch noch ein Begriff von G. Steiner aufgegriffen, der vom «Ideolekt» der Linguisten spricht: Jeder Mensch spreche mit einer Sprache, die eine Auswahl aus der verfügbaren Sprache sei, «mit privaten, einzigartigen, vielleicht unübersetzbaren Zeichen, Konnotationen und Referenzen, die der Dialogpartner weder gänzlich noch mit Gewissheit zu deuten weiss. Wir versuchen uns gegenseitig zu übersetzen. Wie oft kommt es vor, dass wir uns ein wenig oder auch völlig missverstehen.» ([14], S. 80)

von ausgehen, dass zwar aus der Aussenperspektive im Praxiszimmer nur zwei Personen miteinander sprechen, aus einer Innenperspektive sind aber immer viele Stimmen anwesend – also die beschriebene Vielstimmigkeit. Wie lässt sich die analytische Beziehung aus dieser Perspektive charakterisieren? Der Analysand kommt bekanntlich zur Analyse, weil er leidet: entweder weil er seine unterdrückte oder verdrängte Stimme nicht hört oder nicht ausdrücken kann, er von fremden Stimmen bestimmt oder weil er gar keine eigene Stimme bislang entwickelt hat.[4]

Auch wenn der Analytiker seltener als sein Analysand spricht, so hat er doch auch viele Stimmen in sich: seine privaten Stimmen, seine professionelle Stimme, die manchmal seine eigene, manchmal aber auch die seiner Lehrer und seiner analytischen Vorbilder ist. Daher könnte man die analytische Situation auch als einen Raum verstehen, in dem die Vielstimmigkeit sich manifestieren und ein «Übersetzungsraum» entstehen kann, in dem die eigene und die fremde Stimme gehört, verstanden oder überhaupt erst gefunden werden kann – und zwar nicht nur vom Analysanden, sondern vom analytischen Paar.

Sehr vereinfacht wäre die analytische Situation der Ort, an dem Fremdbestimmung in Selbstbestimmung transformiert werden kann, und dies gilt natürlich für den Patienten, aber auch für den Analytiker. Dies wird nach relativ übereinstimmender Ansicht durch die analytische Grundregel der freien Assoziation und der gleichschwebenden Aufmerksamkeit ermöglicht.

Allerdings gilt auch für die analytische Situation, was ich vorhin generell über die Beziehung von Vielstimmigkeit und dem Finden der eigenen Stimme gesagt habe: Auch für das analytische Paar löst dies grundsätzlich wie im Alltag konflikthafte Emotionen aus, die Ausdruck der beschriebenen komplexen affektiven Konfliktdynamik sind. Allerdings kommt hier zum Tragen, was D. Tuckett über den Unterschied zwischen einem Alltagsgespräch und dem analytischen Gespräch formuliert hat und was man mit der Vorstellung von Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben in Verbindung bringen kann: Der Analytiker entwickelt ein «Arbeitsmodell», das seine theoretischen und behandlungspraktischen Konzeptualisierungen repräsentiert – man könnte auch sagen: das seine professionelle Stimme darstellt.

In der modernen Psychoanalyse wird immer mehr darauf hingewiesen, dass die vieldiskutierte Pluralität der Psychoanalyse sich gerade darin ausdrückt, dass es keine einheitliche Theorie und Theorie der Praxis gibt, selbst die so einfach klingende Grundregel ganz unterschiedlich konzipiert werden kann. Jeder Analytiker entwickelt ein individualisiertes Arbeitsmodell, das man als Legierung oder Assimilierung aus öffentlicher Theorie, eigenen Ausbildungserfahrungen, klinischer Praxis und persönlichem Leben auffassen könnte. Das individualisierte Arbeitsmodell, das aus Grundannahmen über die Natur des psychischen Leidens und des Unbewussten, der Wirksamkeit der Psychoanalyse und der analytischen Beziehung konzipiert wird, ist dann gleichsam Ausdruck der entwickelten eigenen Stimme im Chor der psychoanalytischen Vielstimmigkeit. Der Unterschied zwischen einem Alltagsgespräch und einem analytisch-therapeutischen Gespräch ist also das Arbeitsmodell des Analytikers, das sein Denken und Handeln in der jeweiligen Sitzung bestimmt.

Es ist in meinem Verständnis in der Tat die zentrale Aufgabe der analytischen Ausbildung, diese Basis für die Entwicklung oder Entdeckung eines eigenen, individualisierten Arbeitsmodells zu fördern, an dem der Analytiker allerdings sein ganzes professionelles Leben arbeiten wird. Sein Denken und Sprechen als Manifestation dieses individualisierten Arbeitsmodells kommt dann in der Arbeit mit seinen Patienten – also in der konkreten analytischen Sitzung –, in seinen Beiträgen bei klinischen Diskussionen, in der Supervision und in seinen Schriften zum Ausdruck.

Die innere Arbeitsweise des Analytikers: abwartendes Zuhören

Jetzt will ich mich etwas genauer auf die konkrete analytische Situation beziehen und überlegen, wie es dem Analytiker immer wieder gelingt, aus einer anfänglichen Alltagsbeziehung (die bei der Begrüssung noch vorhanden ist) eine analytische Situation herzustellen und zu bewahren. Ich gehe davon aus, dass dieser Prozess von Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben im Kern eine kreative Leistung darstellt, die grundsätzlich wie jede Form der Kreativität der Dynamik von Gelingen und Scheitern unterliegt, also nur begrenzt kontrollierbar und verfügbar ist. Aus einer deskriptiven Aussenperspektive lässt sich dieser Prozess im Wesentlichen als die Entwicklung einer Haltung des «abwartenden Zuhörens» [20] und des Deutens beschreiben.

Dem liegt etwas zugrunde, das ich selbst die innere Arbeitsweise des Analytikers nenne und die man wiederum aus der Innenperspektive betrachtet als eine kreative Leistung beschreiben kann. Zuerst einige Bemerkungen zum «abwartenden Zuhören»: Dies ist überhaupt keine Selbstverständlichkeit, sondern beruht auf einer seelischen Arbeit, die nur in

4 Ein Beispiel für die Vielstimmigkeit bei manchen Patienten: eine verletzte Stimme, eine verletzende Stimme, eine schützend-fürsorgliche Stimme.

einem langen Prozess des Lernens und Übens erworben werden kann und ausgesprochen störanfällig ist – wie jeder praktizierende Analytiker bestätigen wird. Dieses «abwartende Zuhören» lässt sich nämlich genauer als ein quasi-meditatives Element beschreiben, das aus dem Zulassen und Loslassen der situativen und momentanen Ereignisse der analytischen Beziehung sich entwickelt: Im Idealfall entsteht auf diese Weise ein Raum für die vielen Stimmen im analytischen Paar, die durch die analytische Begegnung ausgelöst werden.

«Abwartend» heisst also aufseiten des Analytikers, dass durch die Aufhebung der konventionellen Alltagskommunikation ein Raum für diese vielen Stimmen eröffnet werden kann. Dies gilt nicht nur für den Analysanden, der ja die Möglichkeit bekommt, über alles zu sprechen, was ihm durch den Kopf geht; dies gilt auch für den Analytiker, der ja nicht nur auf die Stimmen des Analysanden, sondern auch auf seine eigenen, aufsteigenden Stimmen hört. Die Vielstimmigkeit wird also zugelassen, aber auch wieder losgelassen, denn nur dies garantiert ja, dass möglichst viele Stimmen kontinuierlich zur Sprache kommen. Man könnte auch sagen: Die vielen äusseren und inneren Stimmen werden vom Analytiker in der Schwebe gehalten, Bewertungen und Fokussierungen werden erst einmal suspendiert, was auch einer Haltung des Nicht-Wissens und Nicht-Verstehens entspricht.

Das Motto wäre etwa: Ich verstehe hier erst einmal überhaupt nicht, wovon die Rede ist und worauf dies alles hinausläuft! Dies ist ein zentraler Punkt, weil jeder Analytiker natürlich im Hintergrund sein individuelles Arbeitsmodell hat, das die Phänomene der analytischen Begegnung einzuordnen versucht. Nach meiner Vorstellung besteht das «abwartende Zuhören» also in einem widersprüchlichen Prozess, da auch das vertraute Arbeitsmodell erst einmal losgelassen werden muss, damit der Analytiker zum Analytiker werden kann. Daher hört sich das Zulassen und Loslassen zwar recht einfach an, ist aber ein äusserst schwieriger und riskanter innerer Schritt, weil er mit einer Bewegung der Negation verbunden ist, in dem das bisherige und vertraute Wissen (allgemein und speziell über den Analysanden) in Frage gestellt oder sogar vergessen werden muss, damit sich der Raum für die bislang nicht gehörten Stimmen wirklich eröffnen kann.

Eine klinische Illustration

Ich gebe ein kleines Beispiel aus einer Supervisionssitzung mit einer Kandidatin. Die Kandidatin erzählt mit fast empörter Stimme, dass ihre Analysandin die vorletzte Freitagstunde doch einfach versäumt habe, ohne abzusagen oder sich zu melden. Das sei ausgesprochen ungewöhnlich bei dieser so motivierten und gleichzeitig zwanghaften Analysandin. Am Sonntag dann habe sie eine SMS von ihr bekommen, sie habe sich vielmals entschuldigt. Die Kandidatin schildert mir dann die darauffolgende Montagstunde, in der die Analysandin sich erneut entschuldigt, diesmal wie immer auch pünktlich kommt und detailliert schildert, wie sie erst am Sonntagabend realisierte, dass sie die Stunde am Freitag total vergessen hatte. Relativ ausführlich erzählt mir die Kandidatin, wie sie intervenierte und diese offensichtliche Fehlleistung mit den letzten Stunden in Verbindung brachte, indem sie erstmals nach zwei Jahren die Übertragung stärker und mutiger ansprach. In der Supervision sprechen wir dann über die möglichen Gründe dieser Fehlleistung und überlegen auch, ob dies ein Agieren ist, das auch einen Fortschritt bei dieser zwanghaften Patientin bedeuten könnte.[5] Schliesslich sage ich zur Kandidatin: Aber merkwürdig ist schon, dass gerade diese so zuverlässige und motivierte Patientin bis zum Sonntagabend ihre Freitagstunde vergessen hat, und in dem Zusammenhang fällt mir immer wieder Ihre empörte Stimme ein, gerade wenn wir davon ausgehen, dass eine Fehlleistung etwas recht Natürliches und uns Vertrautes ist. Nun zögert die Kandidatin nachdenklich und sagt schliesslich lächelnd, ja, ich habe in meinem Bericht vorhin etwas vergessen. Mir ging nämlich der Gedanke in der Stunde mit der Patientin durch den Kopf, ob sie mir wirklich die Wahrheit sagt. Darauf kam ich, sagt die Kandidatin, als die Patientin mir auch erzählte, dass sie nachher zu ihrem Hausarzt gehen wolle, um sich krankschreiben zu lassen, obwohl sie sich gar nicht krank fühle: Sie wolle einfach mal ein paar Tage ausspannen. Da dachte ich, ob die Patientin auch bei mir mit dem Vergessen der Stunde geflunkert habe. Nun sprechen die Kandidatin und ich über die Frage des «Flunkerns» – auch etwa im Gegensatz zur Fehlleistung –, über den unbewussten Hinweis der Patientin auf dieses «Flunkern» – ich will einmal ein paar Tage nicht arbeiten (in der Analyse am Freitag) – und die Frage, wie man dies zur Sprache bringen kann, ohne dass sich die Patientin von der Analytikerin wie von einem strengen Über-Ich verfolgt fühlt.

Dieses wenig spektakuläre Beispiel mag illustrieren, was ich mit dem Zulassen und Loslassen und dem «Vergessen» des eigenen Arbeitsmodells zu beschreiben versuche: Der Gedanke an die Fehlleistung drängt sich natürlich sofort auf und impliziert eine Reihe von theoretischen und behandlungspraktischen Überlegungen. Dies fällt in den Bereich des allgemeinen, abrufbaren Wissens. Da ich aber meiner eigenen inneren Stimme einen Raum verschaffe (merkwürdig ist dieses lange Vergessen des Vergessens der Stunde schon, und warum klingt die Kandidatin so empört?), fällt auch der Kandidatin etwas ein, das sie in der Stunde hörte und dachte, mir aber in ihrem Bericht nicht gesagt hatte: Vielleicht lügt oder, abgemildert, flunkert die Patientin. Für diese

5 Dieses Beispiel dient als Illustration meines Grundgedankens. In der Sitzung mit der Kandidatin wurden noch andere Aspekte der Analyse dieser Patientin besprochen, etwa die Tatsache, dass sich das Ende dieser Behandlung abzeichnet (aus äusseren Gründen), dass es sich um eine Wochenendunterbrechung handelte usw.

Möglichkeit des «Flunkerns» steht nicht sofort eine Theorie des Arbeitsmodells zur Verfügung: Wir mussten ganz neu überlegen, was es mit dem möglichen «Flunkern» auf sich haben könnte und wie man dies mit der Patientin zur Sprache bringen könnte. Es ist dies in meinen Augen ein kleiner kreativer Akt – in diesem Fall des Supervisionspaares –, aus dessen Abfolge im günstigen Fall die analytische Arbeit besteht. Für die Frage und den Umgang mit dem möglichen «Flunkern» bietet das gängige und vertraute Arbeitsmodell erst einmal keine Hilfe: Es muss ein Ad-hoc-Arbeitsmodell entwickelt werden, das auf dem Nicht-Wissen oder Nicht-Verstehen ruht.

Der zentrale Akt ist also eine widersprüchliche Bewegung: das «Vergessen» (im Sinne eines In-den-Hintergrund-treten-Lassens) des eigenen Arbeitsmodells und das Kreieren eines Ad-hoc-Arbeitsmodells, das eine gewisse Stimmigkeit mit der gegenwärtigen Situation hat. Obwohl die Sitzung zwischen der Kandidatin und mir mit einigen offenen Fragen endete, empfand ich selbst die Sitzung als «stimmig», gerade weil bislang nicht gehörte Stimmen zur Sprache gekommen waren – vor allem eben auch bei der Kandidatin, die sich ihr Misstrauen gegenüber ihrer Patientin mir gegenüber erstmals eingestehen konnte, was ihr sehr unangenehm ist, weil sie selbst viel Angst vor einer konflikthaften Zuspitzung der analytischen Beziehung hat. Im Übrigen denke ich, dass auf diese Weise der Lernprozess in der Supervision, aber auch in der Analyse selbst sich entwickeln kann: Der Supervisor (Analytiker) hilft der Kandidatin (Analysandin) durch das Einbringen seiner eigenen Stimme, so dass diese ebenfalls den Mut findet, ihre eigene Stimme ernst zu nehmen und zu artikulieren. Aber man sieht natürlich auch, wie schon eben angedeutet: Sie ist sich nicht sicher, ob dies wirklich ihre eigene Stimme ist oder die Stimme des Gewissens, die in diesem Fall die eines anderen ist.

Die innere Arbeitsweise des Analytikers: die Deutung

Und wie entsteht nun die Deutung als zweiter, kreativer Akt der inneren Arbeitsweise des Analytikers nach der Entwicklung des «abwartenden Zuhörens»? Aus der äusseren und inneren Vielstimmigkeit wird schliesslich – eher später als früher – auf die Stimmen fokussiert, die sich immer wieder in den Vordergrund drängen. Auch hier ergibt sich ein grundlegendes Problem, das auch ein Ergebnis dieser Vielstimmigkeit ist: Welches sind die wesentlichen, die dringlichen, die echten Stimmen? Welche sind für die gegenwärtige Situation relevant? Und dies betrifft beide Protagonisten des analytischen Paares, denn auch der Analytiker achtet ja auf die aus seiner «unbewussten Denkfabrik» auftauchenden Stimmen. Geht die Fokussierung von dem Unbehagen des Nicht-Verstehens aus, um es durch das vertraute Wissen zu kompensieren, oder bleibt die Fokussierung bei dem Nicht-Wissen, das toleriert wird und damit auch thematisiert wird?, scheint hier die zentrale Frage zu sein. Ich glaube, das kleine Beispiel aus der Supervision illustriert diesen Punkt recht gut: Sich auf die Kenntnisse der Dynamik der Fehlhandlungen zu beziehen ist wohl eine Bewegung weg von dem Nicht-Wissen. Man vermutet dann beispielsweise einen abgewehrten aggressiven Impuls bei der Patientin, der sich auf die Wochenendpause, das veränderte, aktivere Verhalten der Analytikerin, ihre Übertragungsdeutungen usw. bezieht. Aber die Frage, ob es sich hier überhaupt um eine Fehlleistung handelt, kommt aus einer Fokussierung, die aus einer bleibenden Frage und dem Nicht-Verstehen resultiert: Woher kommt die Empörung der Kandidatin, und warum ist man bei dieser Patientin so irritiert über das ausgedehnte Vergessen ihrer Freitagstunde? Diese fokussierende Deutung des Supervisors bringt eine vergessene Stimme der Kandidatin zum Vorschein und kann in einer «forschenden Grundhaltung» weiter besprochen werden: Hat die Patientin geflunkert und teilt dies unbewusst ihrer Analytikerin mit (über ihre Erzählung mit der bevorstehenden Krankschreibung), vielleicht mit dem Wunsch verbunden, endlich mit ihr darüber sprechen zu können, diese verborgene flunkernde Stimme zu Wort kommen zu lassen, das Thema der Lüge anzusprechen?

Der kreative Akt von Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben

Die innere Arbeitsweise des Analytikers, die ihn in der Sitzung mit dem Analysanden zum Analytiker werden lässt, besteht also aus einer Abfolge von beschreibbaren Haltungen und Funktionen, die ich als Zulassen, Loslassen, Fokussieren, Konzeptualisieren und Verbalisieren bezeichnet habe. Sie sind die Voraussetzung dafür, dass dieser postulierte kreative Akt des Analytiker-Werdens und Analytiker-Bleibens realisiert wird. Zum Abschluss möchte ich diesen mir wichtigen Punkt noch etwas vertiefen und dabei einen Aspekt besprechen, der aus der Beschäftigung mit den östlichen Traditionen wie dem Daoismus und dem Buddhismus resultiert.

Der Philosoph R. Elberfeld hat hier wichtige Arbeiten vorgelegt, die er selbst als interkulturelle Philosophie im Sinne eines Dialogs von westlicher und östli-

cher Philosophie versteht. Ein anderer wichtiger Vertreter dieser Richtung ist F. Jullien, der die westliche Philosophie aus der Perspektive des chinesischen Denkens betrachtet [18, 19, 21, 22]. In einer Arbeit über Kreativität aus der Sicht östlicher Traditionen beschreibt Elberfeld diese als Entwicklung neuer Denk- und Handlungsmuster, wobei grundsätzlich angenommen wird, dass man, um kreativ sein zu können, auf vorgefertigtes Wissen und Verstehen, auf habituelle Denkmuster und auf starke Ergebnis- und Erwartungsfixierungen verzichten muss, weil dies die Freiheit des Denkens und Handelns einschränkt. Bei der Kreativität geht es um Wissen und Verstehen, das man nicht besitzt, und um Ergebnisse, die man nicht kennt: *«Es ist ein Nichts, das sich als Ganzes entzieht (...) Ein kreativer Prozess ist erfüllt, wenn ein ‹Nicht› sich verwandelt in Neues, bislang nicht Gedachtes und Erwartetes.»* ([22], S. 524)

Ein vorheriges «Nicht» wird zum «Neuen», wobei hier allerdings ein Zirkel entsteht, denn das «Neue» wird schnell zum «Alten» und damit dann zum Vertrauten und zu einem weiteren Muster. Dieser Gedanke erinnert stark an die Bemerkungen von Bion über die grundlegende Haltung des Analytikers in seiner berühmten Formel *«No memory, no desire, no understanding»*. Hier taucht auch das «Nicht» auf, und zwar als Voraussetzung dafür, etwas wirklich Neues, nämlich die unbewusste Wirklichkeit des Analysanden bzw. des analytischen Paares, zu entdecken. Deswegen erscheint es so wichtig, die Konzepte und Theorien in der Sitzung mit dem Patientin fallenzulassen. Dies hatte ich in meinen Worten als die Notwendigkeit beschrieben, das vertraute Arbeitsmodell in der Sitzung fallenzulassen, um ein Ad-hoc-Arbeitsmodell – oder vielleicht lieber ein Minimodell – über die gegenwärtige analytische Situation zu entwickeln. Zulassen, ohne zu selektieren, und loslassen, ohne festzuhalten: Dies wäre die kürzeste Formel für diese mentale Einstellung. Aber die zentrale Frage bleibt, wie denn diese Haltung zu realisieren ist, in der es darum geht, das «Nicht» oder das Nicht-Wissen nicht zu verdrängen.

Da es also bei der Kreativität um ein Wissen und Verstehen geht, über das man in der Regel nicht verfügt (mit Beginn der Sitzung weiss der Analytiker nicht, was ihn erwartet), geht es darum, das Gewohnte, Bestehende und Geltende ausser Kraft zu setzen oder zu negieren. Eine wesentliche Einsicht, die wir dem östlichen Denken und auch den damit verbundenen Übungspraktiken wie der Meditation verdanken, ist, dass dies möglich wird durch einen Akt der Selbstvergessenheit oder Selbstzurücknahme. Die ostasiatischen Ansätze werden als eine praktische Übungsform angesehen, die vor allem in meditativen Praktiken und leibbbezogenen Bewegungskünsten bestehen, die sich zu einer «Kultur des Vergessens und der Absichtslosigkeit» entwickelt haben. Ein Beispiel dafür ist der berühmte japanische Zenmeister Dogen, der gesagt hat, die Bedeutung des Buddha-Weges bestehe darin, das eigene Selbst zu studieren und zu vergessen. Elberfeld deutet diese Aussage, dass es darum gehe, die Selbstbezogenheit, die sich über viele Jahre gebildet habe, loszulassen und zu vergessen, um zu einer Ebene vorzustossen, «in der ich selbst als Geschehen immer wieder hervortrete» (S. 529).

Für den Analytiker bedeutet dies, dass es für den kreativen Prozess von Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben zwingend erscheint, eine ich-zentrierte Haltung aufzugeben, also das Heilen-Wollen, Verstehen-Wollen oder den Wunsch, ein besonders guter Analytiker zu sein, immer wieder zu suspendieren, um für den Patienten und sich selbst einen kreativen Spielraum zu eröffnen, in dem eine wirklich neue, verändernde Erfahrung gemacht werden kann. Da die Gewohnheiten und die Muster mit unserem Ich-Bild verbunden sind, zielt eine solche Haltung auf die Phänomene des «Vergessens» und der «Absichtslosigkeit», da diese beiden negativen Momente die wesentlichen Voraussetzungen kreativer Möglichkeiten sind; das «Nicht» soll seine Wirksamkeit entfalten.

Und hier findet sich nun ein Anschluss an das vorher beschriebene Modell des Ich-Selbst: Absichtslos wird der Analytiker, wenn er sein bewusstes Ich suspendiert und sich seinem unbewussten Selbst hingibt, also sich gegenüber der «unbewussten Denkfabrik» und dem gesamten gegenwärtigen Moment der analytischen Situation gegenüber öffnet. Vergessen wird das Ich, während das Selbst sich entfalten oder wirken kann. Ich habe diesen Unterschied als das «Kleine Selbst» und das «Grosse Selbst» des Analytikers bezeichnet [23]. Damit ist auch die Vermutung verbunden, dass der notwendige Spielraum für die analytische Vielstimmigkeit und seine kreative Nutzung in der analytischen Situation durch eine Verschiebung der Polarität von Ich und Selbst zugunsten des unbewussten Selbst entstehen kann.

Der Autor widmet die Arbeit dem verstorbenen Heinz Müller-Pozzi, mit dem ihn eine freundlich-kritische Kollegenschaft verband.

Finanzierung / Interessenkonflikte
Der Autor hat keine finanziellen oder persönlichen Verbindungen im Zusammenhang mit diesem Beitrag deklariert.

Literatur

1 Hampe M. Das vollkommene Glück. Vier Meditationen über das Glück. München: Carl Hanser Verlag; 2009.
2 Hampe M. Tunguska oder Das Ende der Natur. München: Carl Hanser Verlag; 2011.
3 Gabbard G, Ogden T. On becoming a psychoanalyst. Int J Psychoanal. 2009;90:311–27.
4 Müller-Pozzi H. Triebe und Triebschicksale oder der Andere und das Subjekt. Psyche – Z Psychoanal. 2014;68:306–35.
5 Moser U, Hortig V. Interaktive Relationen im Traum: Resonante und responsive Wechselwirkung, Verschiebung, Verbalisierung und Selbstveränderung. Psyche – Z Psychoanal. 2014;68:336–62.
6 Rorty R. Kontingenz, Ironie und Solidarität. Berlin: Suhrkamp Verlag; 2012.
7 Tuckett D, Basile R, Birksted-Breen D, Böhm T, Denis P, Ferro A, et al. Psychoanalysis Comparable and Incomparable. London, New York: Routledge; 2008.
8 Zwiebel R, Mahler-Bungers A (Hrsg.). Projektion und Wirklichkeit. Die unbewusste Botschaft des Films. Göttingen: Vandenhoek & Ruprecht; 2007.
9 Blothner D, Zwiebel R. Kino zwischen Tag und Traum. Psychoanalytische Zugänge zu «Black Swan». Göttingen: Vandenhoek & Ruprecht; 2012.
10 Zwiebel R., Blothner D. Melancholia. Wege zur psychoanalytischen Interpretation des Films. Göttingen: Vandenhoek & Ruprecht; 2014.
11 Freud S. Studien der Hysterie. Gesammelte Werke. Band 1. Frankfurt/M: Fischer Verlag; 1895.
12 Zwiebel R, Weischede G. Buddha und Freud – Präsenz und Einsicht. Über buddhistisches und psychoanalytisches Denken. Göttingen: Vandenhoek & Ruprecht; 2015.
13 Bollas C. Psychoanalyse in Europa. Bulletin. 2006;(60):158ff.
14 Steiner G. Warum Denken traurig macht. Berlin: Suhrkamp Verlag; 2011.
15 Freud S. Eine Schwierigkeit der Psychoanalyse. Gesammelte Werke. Band 12. Frankfurt/M: Fischer Verlag; 1917. p. 3–12.
16 Böhme G. Ich-Selbst. Über die Formation des Subjekts. Wilhelm Fink Verlag; 2012.
17 Möller HG. In der Mitte des Kreises. Frankfurt und Leipzig: Insel-Verlag; 2001.
18 Jullien F. Der Weise hängt an keiner Idee. Das Andere der Philosophie. München: Wilhelm Fink Verlag; 2001.
19 Jullien F. China und die Psychoanalyse. Fünf Konzepte. Wien/Berlin: Turia und Kant Verlag; 2013.
20 Heenen-Wolf S. Geteiltes Leid ist halbes Leid. Kleine Metapsychologie des analytischen Zuhörens. Vortrag vom 25.4. 2008, 58. Lindauer Psychotherapiewochen 2008. http://www.lptw.de/archiv/vortrag/2008/heenen-wolff_susann.pdf
21 Elberfeld R. Phänomenologie der Zeit im Buddhismus. Stuttgart-Bad Canstatt: Fromman-Holzboog; 2004.
22 Elberfeld R. Kreativität und das Phänomen des «Nichts». In: Abel G, Hrsg. Kreativität. XX. Deutscher Kongress für Philosophie. Kolloquienaufträge. Hamburg 2006, S. 520–33.
23 Zwiebel R. Was macht einen guten Psychoanalytiker aus? Grundelemente professioneller Psychotherapie. Stuttgart: Klett-Cotta; 2013.

Korrespondenz:
Prof. Dr. med. Ralf Zwiebel
Lopiker Str. 7
DE-34393 Grebenstein
Germany
rzwiebel[at]web.de