

Ralf Zwiebel

# Was macht einen guten Psychoanalytiker aus?

Grundelemente professioneller Psychotherapie



**Fach-  
buch**   

---

**Klett-Cotta**



**Ralf Zwiebel**

**Was macht einen guten  
Psychoanalytiker aus?**

**Grundelemente professioneller Psychotherapie**

**Klett-Cotta**

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© 2013 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Roland Sazinger, Stuttgart

Unter Verwendung eines Fotos von © Giordano Aita/fotolia.com

Printausgabe: ISBN 978-3-608-94728-1

E-Book: ISBN 978-3-608-10488-2

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20158-1

Dieses E-Book entspricht der 1. Auflage 2013 der  
Printausgabe

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

|                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Vorwort .....                                                                                                   | 9  |
| Einleitung: Wie wird und wie bleibt man<br>Psychoanalytiker? .....                                              | 12 |
| Der Ausgangspunkt .....                                                                                         | 12 |
| Erste Überlegungen zur Trias von Präsenz,<br>Gegenübertragung und Einsicht .....                                | 16 |
| Zur Dynamik von An- und Abwesenheit I .....                                                                     | 26 |
| Die persönliche Motivation .....                                                                                | 30 |
| Ein kurzer Überblick der folgenden Arbeit .....                                                                 | 33 |
| 1. Einige Anmerkungen zum psychoanalytischen<br>Arbeitsmodell .....                                             | 37 |
| Die Schwierigkeit beginnt mit dem Protokoll .....                                                               | 37 |
| Exkurs zur aktuellen Diskussion der psychoanalytischen<br>Arbeitsmodelle .....                                  | 44 |
| Weitere Überlegungen zu den Arbeitsmodellen .....                                                               | 56 |
| Zum Arbeitsmodell des professionellen Therapeuten ....                                                          | 64 |
| 2. Eine kurze Beschreibung des eigenen Arbeitsmodells                                                           | 66 |
| Zur inneren Arbeitsweise des Analytikers .....                                                                  | 66 |
| Exkurs über »theoretische Arbeit« (Jurgen Reeder) .....                                                         | 71 |
| Zur Bipolarität von Wissen und Nicht-Wissen – und ein<br>erster Vergleich zwischen Psychoanalyse und Buddhismus | 75 |
| Zur Dynamik von An- und Abwesenheit II .....                                                                    | 81 |
| Exkurs zum kreativen Analytiker .....                                                                           | 85 |

|                                                                                                       |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Zum Arbeitsmodell der inneren Arbeitsweise des professionellen Therapeuten . . . . .                  | 92  |
| 3. Der präsente Analytiker . . . . .                                                                  | 94  |
| Kann der Psychoanalytiker vom Zen-Buddhismus lernen?<br>Über einige persönliche Erfahrungen . . . . . | 95  |
| Exkurs zum Zen-Buddhismus oder Zen . . . . .                                                          | 100 |
| Ein kurzes Fallbeispiel . . . . .                                                                     | 107 |
| Zum meditativen Element in der analytischen Situation . . . . .                                       | 109 |
| Exkurs zum Begriff der Achtsamkeit . . . . .                                                          | 119 |
| Abschließende Überlegungen . . . . .                                                                  | 129 |
| 4. Der wünschende Analytiker . . . . .                                                                | 132 |
| Die Ubiquität des Wunsches . . . . .                                                                  | 132 |
| Ein Arbeitsmodell der Wunschkynamik . . . . .                                                         | 134 |
| Exkurs zur Leiblichkeit des analytischen Paares<br>(Jörg Scharff) . . . . .                           | 147 |
| Zum Bild der »analytischen Bootsfahrt« . . . . .                                                      | 152 |
| Die körperliche Krankheit in der Analyse . . . . .                                                    | 157 |
| Die Müdigkeitsreaktion. . . . .                                                                       | 158 |
| Die Wünsche des professionellen Therapeuten . . . . .                                                 | 159 |
| 5. Der träumende Analytiker. . . . .                                                                  | 160 |
| Einleitende Bemerkungen . . . . .                                                                     | 160 |
| Über Alltags- und Arbeitsmodelle des Träumens . . . . .                                               | 161 |
| Über die geträumten Träume des Analytikers oder:<br>der sogenannte »Gegenübertragungstraum« . . . . . | 166 |
| Eine kurze klinische Illustration I . . . . .                                                         | 174 |
| Über die generelle Traumfunktion des Analytikers . . . . .                                            | 177 |
| Eine kurze klinische Illustration II . . . . .                                                        | 186 |
| Abschließende Überlegungen . . . . .                                                                  | 189 |

---

|                                                                                                                             |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 6. Der bezogene Analytiker . . . . .                                                                                        | 192 |
| Brenners Beziehungsmodell . . . . .                                                                                         | 193 |
| Mosers Modell des »Beziehungsgefühls« . . . . .                                                                             | 197 |
| Die Verbindung zum eigenen Arbeitsmodell: analytische<br>Bezogenheit . . . . .                                              | 205 |
| Exkurs zu Symmetrie, Asymmetrie und Abstinenz . . . . .                                                                     | 213 |
| Einige Gedanken zur »phobischen Position« . . . . .                                                                         | 215 |
| Das Beziehungsgefühl des professionellen Therapeuten . .                                                                    | 218 |
| 7. Der sprechende Analytiker . . . . .                                                                                      | 219 |
| Über Sprechen und Deuten . . . . .                                                                                          | 219 |
| Der Akt des Fokussierens und der Akt des Sprechens . . . .                                                                  | 228 |
| Klinische Illustration . . . . .                                                                                            | 241 |
| Das Sprechen des professionellen Therapeuten . . . . .                                                                      | 243 |
| 8. Der professionelle Psychotherapeut . . . . .                                                                             | 245 |
| Gibt es einen »common ground« professioneller<br>Psychotherapie? . . . . .                                                  | 245 |
| Hypothesen zu einem grundlegenden Arbeitsmodell<br>professioneller Psychotherapie . . . . .                                 | 249 |
| Einige vertiefende Kommentare zu den Grund-<br>bedingungen psychotherapeutischen Arbeitens . . . . .                        | 254 |
| Abschließende Überlegungen zu Psychoanalyse,<br>analytischer Psychotherapie und professioneller<br>Psychotherapie . . . . . | 270 |
| 9. Der gefährdete und der kreative Analytiker:<br>eine kurze Zusammenfassung . . . . .                                      | 272 |
| Literatur . . . . .                                                                                                         | 281 |
| Über den Autor . . . . .                                                                                                    | 292 |



## Vorwort

Es war nicht leicht, einen treffenden Titel für das vorliegende Buch zu finden. Der jetzige Titel *Was macht einen guten Psychoanalytiker aus? Grundelemente professioneller Psychotherapie* konkurrierte lange mit dem Titel *Von der Schwierigkeit, Psychoanalytiker zu werden und zu bleiben*. Die Wahl fiel schließlich auf den erstgenannten Titel, weil er wohl doch am deutlichsten das zentrale Anliegen des Buches formuliert: die Erfahrung, dass die Qualität psychoanalytischer und im weiteren Sinne psychotherapeutischer Arbeit ein zentrales und zugleich höchst kontroverses Thema ist, das viele Psychoanalytiker und Therapeuten als lebenslange Frage begleitet. Dabei spreche ich jedoch nicht von einer Position aus, die die vielen Fragen vorgibt definitiv beantworten zu können. Das Buch enthält Vorschläge, auf welche Weise diese so zentrale Frage der Qualität untersucht und diskutiert werden kann. Erst nach Fertigstellung des Manuskriptes wurde ich auf eine Arbeit von Margarete Mitscherlich-Nielsen aus dem Jahre 1970 aufmerksam, in dem sie unter dem Titel »Was macht einen guten Psychoanalytiker aus?« vor allem das Bewerbungsverfahren für die Ausbildung zukünftiger Analytiker diskutierte (Mitscherlich-Nielsen 1970).

Einen motivierenden Grund, ein Buch über die Aufgaben, Qualitäten und Schwierigkeiten der analytisch-therapeutischen Professionalität zu schreiben, sehe ich vor allem darin, dass dies ein Bereich ist, der zwar heute mehr als früher, aber immer noch zu wenig in der Ausbildung und der späteren postgradualen Zeit wahrgenommen, diskutiert und untersucht wird. Im Grunde geht es um die Frage, wie man als Analytiker und Therapeut ein professionelles Selbst entwickeln kann, das die Gefahren eines »falschen

Analytiker- oder Therapeuten-Selbst« durch das Hervortreten eines »wahren Analytiker- oder Therapeuten-Selbst« verringern hilft – Letzteres verstanden als eine von Authentizität durchdrungene analytisch-therapeutische Position, Haltung und Arbeitsweise. Es ist offensichtlich, dass Analytiker und Therapeuten sich darin unterscheiden, in welchem Ausmaß sie diese schwierige Aufgabe erleben. Viele von uns eifern den großen Meistern unseres Faches nach, müssen aber in der lebendigen Wirklichkeit der analytisch-therapeutischen Arbeit erkennen, dass es wesentlich ist, die eigene analytische und therapeutische Stimme zu entwickeln. Bei dieser Auseinandersetzung ist fraglos die Gefahr einer narzisstischen Nabelschau nicht zu übersehen. Andererseits befinden sich Analytiker und Therapeuten heute in einer von rasanten Veränderungen geprägten Welt, die sich auch in der Welt der Psychoanalyse, Psychotherapie und Gesundheitspolitik spiegeln. Diese stellt sich als eine komplexe, verwirrende und unübersichtliche Situation dar, so dass eine Orientierung und die Entwicklung einer eigenen Stimme manchmal äußerst schwierig sind. Aus diesem Grund ist die Sorge um die eigene professionelle Position keineswegs übertrieben. Sie erscheint mir ganz im Gegenteil dringend geboten, und zwar zum Wohl unserer Patienten wie auch zu unserem eigenen Wohl. Daher möchte ich meinen Text vor allem als eine Ermutigung verstanden wissen, die Grundbedingungen der eigenen professionellen Tätigkeit immer wieder zu reflektieren und anzuerkennen, dass es sich dabei um einen lebenslangen Lern- und Entwicklungsprozess handelt.

Dies ist jedoch kein Buch über die Methodik oder Technik der psychoanalytischen Therapie, der Psychoanalyse oder anderer therapeutischer Verfahren. In der Arbeit geht es vielmehr um die persönlichen Voraussetzungen des Analytikers oder Therapeuten, eine förderliche, von Professionalität geprägte therapeutische Arbeit mit dem Patienten zu ermöglichen – und dies vor allem unter den Bedingungen eines durchschnittlichen professionellen Alltags. Es handelt sich dabei nach meiner Auffassung um sehr grundlegende seelische Funktionen, die schulen- und verfahrensspezifische Theo-

rie und Praxis überschreiten. Die Beschreibung dieser grundlegenden, übergreifenden seelischen Funktionen darf nicht als ein Plädoyer für eine »Allgemeine Psychotherapie« missverstanden werden, sie könnte allerdings dazu beitragen, den Dialog zwischen den Schulen innerhalb der Psychoanalyse sowie zwischen der Psychoanalyse und anderen Verfahren zu verbessern, denn dieser Dialog endet – wenn er überhaupt stattfindet – oft in katastrophaler Verwirrung oder gar in gegenseitiger Entwertung. Unvermeidlich ist, dass mein eigener psychoanalytischer Standpunkt diese ganzen Überlegungen prägt. Daher würde ein Titel wie »Die eigene Stimme entwickeln« ebenfalls ein Anliegen des Buches spiegeln. Dies zeigt sich auch in der begrenzten Auswahl und Rezeption anderer Autoren und der persönlichen Aneignung ihrer Theorien und Konzepte. Ganz abgesehen davon, dass es heute kaum noch möglich ist, die rasch zunehmende Anzahl von Publikationen auf dem psychoanalytisch-psychotherapeutischen Gebiet zu rezipieren, zeigt es sich, dass diese Auswahl nicht nur nach wissenschaftlichen Gesichtspunkten, sondern auch nach den eigenen Erfahrungen, Resonanzen und Möglichkeiten des Erlebens und Denkens getroffen wurde. Dies unterstreicht, dass es in der Entwicklung eines professionellen Selbst gerade darum geht, sowohl die Begrenztheit des eigenen Aneignungsprozesses anzuerkennen als auch die Grundannahmen zu reflektieren, die für die Entwicklung eines förderlichen »wahren Analytiker-Selbst oder Therapeuten-Selbst«, das immer nur »durchschnittlich gut« sein kann, wesentlich sind.

## Einleitung

# Wie wird und wie bleibt man Psychoanalytiker?

## Der Ausgangspunkt

Ein grundlegendes Problem analytisch-therapeutischer Praxis kreist um die Frage, wie man Analytiker wird und bleibt und wie sich die inneren Voraussetzungen dieser Entwicklung präziser beschreiben lassen. Das »Werden« und »Bleiben« bezieht sich sowohl auf den langfristigen, ja lebenslangen Prozess als auch auf die in der konkreten analytischen Begegnung jeweils ad hoc zu entwickelnden Haltungen und Funktionen, die aus einer Gesprächssituation zwischen zwei Menschen eine analytische Beziehung machen. Nach meiner Auffassung spiegeln sich diese Haltungen und Funktionen in einer Trias von grundlegenden Elementen, die ich als Präsenz, Gegenübertragung und Einsicht beschreibe. Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben sind danach an die Entwicklung dieser Elemente oder Komponenten, die auch als psychoanalytische Qualität zu beschreiben wären, und an ihr sehr komplexes, wechselhaftes und widersprüchliches Wechselspiel gebunden. Dieses Wechselspiel lässt sich wiederum ganz basal – das ist die zentrale These dieser Arbeit – als eine oszillierende oder pulsierende Bewegung von An- und Abwesenheit beschreiben: Beispielsweise wird Präsenz durch die Gegenübertragung des Analytikers partiell eingeschränkt oder gar verdunkelt (u. a. weil seine Wahrnehmung und Beobachtung durch eigene Wünsche und Affekte beeinflusst und getrübt wird); durch das Überdenken der Gegenübertragung und die Einsicht wird aber die Einschränkung wieder aufgelöst, was erneut Präsenz ermöglicht. Dieses kontinuierliche

Wechselspiel, das die Lebendigkeit analytisch-therapeutischer Arbeit ausmacht, soll in der folgenden Arbeit genauer beschrieben werden.

Dabei gehe ich davon aus, dass es sich hier um Überlegungen handelt, die in einem gewissen Sinn für alle psychotherapeutisch arbeitenden Kollegen nicht nur interessant, sondern essentiell sein könnten. Wenn ich im Folgenden vom Analytiker<sup>1</sup> spreche, so reflektiert dies meine persönlichen Erfahrungen als Analytiker. Dennoch beziehe ich gedanklich immer auch andere psychotherapeutische Verfahren in meine Überlegungen ein, auch wenn ich in diesen unmittelbar keine praktischen Erfahrungen habe. Wenn es um Grundfragen und -elemente einer professionellen therapeutischen Praxis aus psychoanalytischer Sicht gehen soll, denke ich allerdings nicht an eine »Allgemeine Psychotherapie«, die gleichsam als Legierung verschiedener Verfahren angesehen werden könnte oder die das Spezifische jedes Verfahrens überwinden soll. Ich denke dagegen eher an eine Überlegung von Jürgen Hardt (2007):

*»Darüber hinaus verhilft die methodische Reflektion unserer Tätigkeiten dazu, eine Metatheorie psychotherapeutischen Handelns zu entwickeln, die im Feld der Psychotherapie dringender denn je gebraucht wird, soll nicht gesunder Menschenverstand mit seinem Alltagsverständnis das Regiment übernehmen [...]. Das wäre eine von psychoanalytischem Denken abgeleitete Praxeologie der Psychotherapie« (S. 269).*

Ein mögliches Fernziel meiner Untersuchung wäre also eine Metatheorie psychotherapeutischen Handelns auf dem Boden psychoanalytischen Denkens, für die diese Arbeit nur eine Vorarbeit sein kann. Der Grundgedanke dabei ist, dass die psychoanalytische Situation in der Tat einzigartig und unvergleichbar ist, und zwar, weil

---

1 Aus Gründen der Lesbarkeit wird im Text meist die männliche Form verwendet.

sie eine Art experimentelle Laborsituation – oder besser: eine exemplarische Situation – darstellt, in der Beziehungsphänomene zwischen zwei Menschen auf eine Weise im Detail studiert werden können, wie es kaum irgendwo sonst möglich ist. Der besondere psychoanalytische Gesichtspunkt – das Spezifische der psychoanalytischen Situation, Beziehung und Methodik – ist die Anerkennung der Bedeutung unbewusster Vorgänge bei Analysand und Analytiker. Viele der dort gemachten Beobachtungen und die daraus abgeleiteten Begriffe und Konzepte finden bekanntlich schon seit Langem Anwendung auch in modifizierten psychotherapeutischen Verfahren, wenn auch oft in veränderter Begrifflichkeit. In diesem Sinne denke ich bei der folgenden Untersuchung im Ansatz auch immer andere psychotherapeutische Verfahren mit: Die Untersuchung zielt also auch auf das, was gleichsam »unter« oder »jenseits« des Spezifischen des jeweiligen Verfahrens liegt. Es soll nochmals betont werden, dass die Unterscheidung von professioneller Praxis in ihrer genauen Bestimmung und einem alltagspsychologischen Verständnis von Problemen, Störungen und Beziehungen für die ganze Fragestellung von zentraler Bedeutung ist. Dem versuche ich mit der Beschreibung von Analytiker-Werden und Analytiker-Bleiben bzw. von An- und Abwesenheit des Analytikers oder Therapeuten und der Qualitäten von Präsenz, Gegenübertragung und Einsicht Rechnung zu tragen. In diesem Sinne verstehe ich auch die Bemerkung »soll nicht gesunder Menschenverstand mit seinem Alltagsverständnis das Regiment übernehmen« von Jürgen Hardt (ebd.). In Fall des »Regiments des Alltags« verschwindet der Analytiker im übertragenen Sinne oder es gelingt ihm erst gar nicht, in der Situation mit seinem Analysanden Analytiker zu werden.

Bei dieser sehr umfangreichen Thematik werde ich mich vor allem auf die konkrete analytische Sitzung beziehen. Das beleuchtet ein wichtiges Paradox: In einem allgemeinen Rollenverständnis ist der Analytiker, wenn er seinen Patienten zur Sitzung empfängt, natürlich Analytiker – mit seiner Ausbildung, seinem Wissen, seinem Status, seiner klinischen Erfahrung und der bisherigen