

Inhalt

Vorwort zur Neuauflage 7

Vorwort 11

Einführung 15

1. Teil – **Verlassenheit**

Phänomenologie – Ursachen – Theorie – Symbolik

Verlassenheit 29

Verlassenheitssituation 29

Verlassenheit als Kinderschicksal 29

Die Gefühlsverunsicherung 37

Verlassenheit in der Mutter-Kind-Beziehung 44

Verlassenheit in der Hospitalismus- und Deprivationsforschung 45

Verlassenheit als Frühstörung 50

Mutter und Kind – ein archetypisches Paar 56

Verlassenheit als narzißtische Störung 63

Das Wesen der narzißtischen Störung 63

Das beschattete Selbst 66

Beschreibung einiger hervorstechender Charakterzüge 69

Bildnerische Darstellung der narzißtischen Problematik 72

Zur Genese der narzißtischen Problematik

aus der Sicht der Analytischen Psychologie 74

Der psychoanalytische Ansatz 84

Narzißmus im symbolischen Bild 93

Narzißmus und die narzißtische Störung 95

Die religiöse Problematik im Spiegel der Christopherus-Legende 101

Die Psychodynamik des narzißtisch verwundeten Menschen im Lichte eines Märchens 106

2. Teil – **Selbstentfremdung**

Symbolik – Praxis – therapeutischer Umgang

Einführung in die Symbolik und Kasuistik 117

Das Märchen «Die drei Raben» 117

Fallbeispiele 121

Die Familiensituation – genetische Gesichtspunkte	124
Das Märchenbild	124
Die Mutter	127
Die Frage nach dem Vater	132
Emotionale Verlassenheit und ihre Folgen	140
Das Märchenbild	140
Fallbeispiel	140
Die Verlassenheitsgebärden	151
Die Sehnsuchtsgesten	166
Das schwankende Selbstwertgefühl	174
Die Annäherung an das Leiden	182
Das Märchenbild	182
Die Ferne vom Leiden	184
Spezifische schützende Haltungen	187
Der negative Animus als Schutzmechanismus	195
Würdigung schützender Haltungen	201
Die therapeutischen Haltungen	208
Das Märchenbild	208
Mutterspezifische und vaterspezifische Haltungen	209
Praktische Beispiele	213
Themen der Integration des Unbewußten	230
Das Märchenbild	230
Das Kind im Werk C. G. Jungs	233
Kindheit und Übertragung	238
Paradiesübertragungen und Schattenintegration	247
Fallbeispiel	257
Umkehr und Wandlung	264
Das Märchenbild	264
Probleme der Introspektion	270
Schritte der Selbstwerdung	280
Schlußbemerkung	294
Anmerkungen	295
Literaturverzeichnis	313
Personen- und Sachregister	322
Register der Therapiefälle	333
Weiterführende Literatur seit der Erstauflage	334

Einführung

Das zentrale Konzept der Jungschen (Analytischen) Psychologie ist die *Individuation*. Darunter wird ein Selbstwertungsprozeß verstanden, der den einzelnen zur Realisation größtmöglicher Fülle der in ihm angelegten Möglichkeiten führt. Individuation heißt nicht egoistische Selbstverwirklichung, im Gegenteil, sie verbindet den Menschen mit seiner Tiefenschicht und läßt ihn die Vernetzung mit sozio-kulturellen Bezügen ernst nehmen. Der Prozeß geht einher mit zunehmender Bewußtwerdung über sich, die Welt und die diesbezüglichen Wechselwirkungen. Individuation im klassischen Sinne¹ verstanden, setzt meist spät im Leben ein, dann nämlich, wenn der einzelne seine Anpassung in den Lebenskontext gefunden hat und am Übergang zur sogenannten zweiten Lebenshälfte steht. Bei vielen Menschen stellt sich zu diesem Zeitpunkt das Bedürfnis ein, sich besser verstehen und Sinn und Zweck ihres Daseins vertieft begreifen zu wollen; bisweilen stellt sich auch die Not ein, die aus dem Verstehen-Wollen ein Verstehen-*Müssen* macht.

C. G. Jung, der das Leben als einen ständigen Prozeß auffaßte, der je und je Reifungs- und Anpassungsschritte verlangt, hat die menschliche Psyche unter verschiedenen Aspekten gesehen und entsprechend konzeptualisiert². Aus dieser Sicht ist der einzelne immer *mehr* als sein bewußtes Ich. Sich seiner unbewußten Anteile bewußt zu werden und sie allmählich zu integrieren, bedeutet den Forderungen der Individuation gerecht werden, heißt aber auch, sein Leben final als auf ein immer noch zu Werdendes auszurichten.

Jede Persönlichkeit umfaßt auch ihren *Schatten*. Darunter werden jene unbewußten Anteile verstanden, die in der Regel minderwertig, dunkel und unentwickelt sind. Sie sind meist verdrängt und machen sich daher negativ bemerkbar. Der Schatten ist die notwendige Folgeerscheinung jeder einigermaßen

gerichteten Bewußtseinsentwicklung; seine Integration ist eine moralische Leistung und bedeutet Vervollständigung und Vertiefung der Persönlichkeit.

Anima und *Animus* sind weitere seelische Funktionskomplexe, deren Bewußtwerdung sich im Laufe der Individuation aufdrängt. Die *Anima* repräsentiert das Frauenbild im Mann, der *Animus* das Männerbild in der Frau. Beide entwickeln sich weitgehend nach der Vorlage des entsprechenden Elternteils und sind zunächst unbewußte seelische Anteile. Sie verhalten sich innerseelisch als Intentionen zur Ausbildung weiblicher Eigenschaften im Mann respektive männlicher Fähigkeiten in der Frau. Werden sie dem Bewußtsein angeschlossen und integriert, verleiht die *Anima* dem Mann Bezogenheit, Gefühlstiefe und Inspiration; der an das Bewußtsein angeschlossene *Animus* gibt der Frau Kraft, Mut, Objektivität und Geist. Verharren sie jedoch im unbewußten Zustand, können daraus Besessenheiten entstehen. Die *Anima* verführt zu Reizbarkeit, Launen, Empfindlichkeiten und unrealistischen Glücksbildern, die den Mann von der Welt isolieren. Der *Animus* hingegen bindet die Frau in unhinterfragte Urteile und Meinungen ein, die Ausdruck eines minderwertigen Geistes sind, der sie vom Leben ausschließt. *Animus* und *Anima* in ihrer integrierten Form machen den Mann Eros-bezogener und die Frau Logos-zugewandter; letztlich sind sie Beziehungsfunktionen zur seelischen Innenwelt, indem sie aufnehmen, was aus dem Unbewußten zuströmt und einfällt³.

Die Beziehung zur Außenwelt schließlich sieht Jung unter dem Aspekt der *Persona*. Sie ist die Funktion, mittels welcher die Beziehungen zum Kollektiv unterhalten werden. Gefährlich wird sie dann, wenn der einzelne sich mit ihr identifiziert und sein Leben nur nach Anpassungsimpulsen ausrichtet. In einem solchen Falle wird die *Persona* zur Maske, welche die wahre Persönlichkeit verdeckt und am Ausdruck hindert.

Die Gesamtpsyche wird unter dem Aspekt des zentralen Archetyps des *Selbst* gesehen, der Unbewußtes und Bewußtsein umfaßt und Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft einschließt. Das *Selbst* im Sinne der Analytischen Psychologie ist die psycho-biologische Ganzheit, welche die Entwicklung der Le-

benszyklen steuert, und ist zugleich Ziel des Individuationsprozesses, insofern sich der einzelne seinen Entfaltungsimpulsen hingibt und sich nicht davor verschließt, sich im Sinne der Ganzheit zu entwickeln. Zu dieser Ganzheit gehört ganz wesentlich der religiöse Bezug, und so versteht Jung das Selbst als Bild Gottes in der Seele und als psychisches Organ zur Wahrnehmung des Göttlichen und Ewigen.

Die Integration der genannten Persönlichkeitsanteile setzt ein einigermaßen starkes und gesundes *Ich* voraus, ein *Ich*, das sich abgrenzen kann, in sich und der Welt verankert ist und die Konfrontation mit seelischen Intentionen, die bisweilen der bewußten Absicht entgegenstehen, aushalten und leisten kann. Sie erfordert auch die Fähigkeit, sich über die persönlichen Anteile hinaus auf archetypische Gegebenheiten beziehen zu können, beruhen doch die genannten psychischen Funktionskomplexe auf archetypischer Grundlage, das heißt, daß sie in einem ewig menschlichen kollektiven Unbewußten verankert sind, was auch bedeutet, daß die damit verbundenen Emotionen und Bilder eine große Wirkungskraft haben, starke Faszination ausüben und die Gefahr mit sich bringen, das *Ich* zu überrollen und zu überfluten.

Heute suchen mehr und mehr Menschen mit schwachem *Ich* therapeutische Hilfe, dazu gehören auch viele Jugendliche und junge Erwachsene. Ihr *Ich* erscheint zwar auf den ersten Blick stark, doch die Analyse zeigt, daß die Stärke Unflexibilität ist und in starken Abwehren gründet, *Ich*-Struktur und *Ich*-Selbst-Verbindung sind defizitär. – Je mehr ich mit der Problematik dieser Menschen bekannt und vertraut wurde, desto mehr wurde mir klar, daß die Bearbeitung ihrer seelischen Gegebenheiten unter den genannten Aspekten des Individuationsprozesses für manche von ihnen zu Beginn ihrer Behandlung nicht ganz angemessen war. Die finale und archetypische Ausrichtung des klassischen Individuationsweges überforderte sie und wurde ihrer *Ich*-Struktur nicht gerecht. Die Störung gründet tiefer und verlangt modifizierten therapeutischen Umgang. In diesem Sinne bildete mein zunehmendes Innwerden, daß die klassischen Konzepte mit ihrer therapeutischen Intention für manche Menschen, die in meine Praxis

kamen, oft nicht angezeigt waren, den *Ausgangspunkt* zu diesem Buch.

Die Aufforderung beispielsweise, den Schatten anzugehen, schien zunächst für manche Menschen therapeutisch unangebracht⁴. Zum einen deshalb, weil keine scharf umrissene Persönlichkeit zu erkennen war, die auch ihren Schatten deutlich aufgezeigt hätte. Zum zweiten schien es mir, daß es Leute gibt, bei denen es nicht indiziert ist, bereits am Anfang einer therapeutischen Behandlung ein moralisches Konzept einzubringen, sind sie doch unbewußt viel zu sehr mit richtenden Urteilen über sich selber beschäftigt. Drittens sind es dieselben Menschen, die zutiefst in ihrem Inneren die Überzeugung haben, ungeliebt und wertlos zu sein. Das Sprechen vom Schatten hätte diese meist unbewußte Grundannahme genährt. Ihr Selbst im Sinne des eigenen Wesens war beschattet und bedurfte zunächst und vor allem des Lichts und der Wärme, um einer späteren Auseinandersetzung mit dem Schatten gewachsen zu sein.

All diese Analysanden, bei denen ich fühlte, daß klassische Interpretationsmodi oft ungeeignet waren, litten an einer ganz bestimmten Störung: an einer *narzißtischen Selbstentfremdungsproblematik*. Sie konnten sich nicht bejahen, kannten wenig Selbstvertrauen, ihr Selbstwertgefühl war schwankend, sie sehnten sich nach Anerkennung und waren geneigt, einen großen Einsatz durch Persona-Anpassungshaltungen zu leisten. Gelangen ihnen diese Anpassungen und bekamen sie die entsprechenden Gratifikationen, so konnten sie meist ganz gut leben, besser: funktionieren. Geling dies aber nicht, so zeigte sich Wut, oder sie versanken in Resignation und Depression. Diesen Menschen war es nicht vergönnt, in sich geortet zu sein; weder kannten sie sich selber, noch fühlten sie sich. In und mit sich fremd, mußten sie das Leben meistern, was sie meist recht gut taten, doch floß ihnen wenig Befriedigung daraus zu. Sie ermangelten der emotionalen Resonanz und waren unfähig, ihre Leistungen und Erfolge mit Freude aufzunehmen.

In der Zeit, als mir diese Störungen bewußt wurden, geriet ich in Zweifel über meine therapeutischen Mittel, die in den klassischen Bereich eingebunden waren. Das Phänomen begann

mich zu interessieren, und ich entwickelte im Laufe der Zeit das Anliegen, diese Menschen zu verstehen und ihnen in der Analyse das Klima zu geben, dessen sie bedurften, um ihre Selbstentfremdung überwachsen zu können. Rückblickend gesehen, waren es verschiedene Bereiche, in denen ich lernen und Erfahrungen sammeln konnte. Davon will ich kurz berichten.

Zunächst lernte ich an mir selber, ich wurde mir meiner narzißtischen Seite mehr und mehr bewußt, litt und lernte an ihr.

In der schönen Literatur, dem Fachgebiet, das ich ursprünglich studierte, stieß ich immer wieder auf narzißtische Phänomene. Ich lernte bei den Dichtern, wie sie damit umgingen, wie sie sie darstellten und welche Bilder sie dafür gefunden hatten. Ich ging vor allem dem Leben und Werk eines Dichters besonders genau nach. Gustave Flaubert⁵, der französische Romanautor, litt sehr deutlich an dem, was wir heute eine narzißtische Störung nennen. Sein ganzes Werk, seine Briefe miteinbeschlossen, ist *eine* Darstellung dieser Wunde, eine einzige Verarbeitung derselben. Die Kenntnis dieses Selbst- und Welterlebens schärfte meinen Blick für narzißtische Phänomene und half mir, meine Wahrnehmung zu differenzieren.

In einem hohen Maße weiterführend war die psychologische Lektüre. Es waren vor allem die Schriften des Psychoanalytikers Heinz Kohut, dieses kreativen Autors, der die Befindlichkeiten bei narzißtischer Störung subtil beschreibt, erklärt und schließlich viel Anregung gibt für den therapeutischen Umgang damit.

Bei der Lektüre der Werke Jungs habe ich in bezug auf mein Thema der narzißtischen Störung grob gesehen zwei Beobachtungen gemacht. Zunächst fielen mir die Ähnlichkeiten in den Zielvorstellungen auf. Wenn die heutige psychoanalytische (Freud) Selbstpsychologie die Reifungslinien des Narzißmus und dessen Störungen behandelt, so hat sich nach langer Zeit, während der das psychoanalytische Interesse von der Beschäftigung mit den Objektbeziehungen absorbiert war, ein Thema herausgebildet, das seit jeher zentrales Anliegen der Jungschen Psychologie und ihres Schöpfers war. Zu sich selber finden, Autonomie entwickeln und sinnstiftende Ziele verfolgen sind die wesentlichen Anliegen des Individuationsprozesses. Kohuts

diesbezügliche Nähe zu Jung war also nicht zu übersehen. Ideale verfolgen als Ziel der Reifung des Narzißmus und die Ziele des Individuationsprozesses liegen in der Tat sehr nahe beieinander. Mario Jacoby hat dem Vergleich dieser Selbstwertungskonzepte sein Buch «Individuation und Narzißmus» gewidmet, wobei er vor allem auf die Gemeinsamkeiten und Ähnlichkeiten aufmerksam machte⁶.

Neben dieser Übereinstimmung fiel mir immer wieder auf, daß Jung die narzißtische Störung wahrscheinlich gar nicht in dem Ausmaß kennen konnte, wie uns dies heute möglich ist. Zunehmend erschien es mir, daß Jung von Menschen sprach, die ein starkes Ich hatten, die wußten, wer sie waren und die ein gutes Gefühl für sich selber entwickelt hatten. Jung schien mir überwiegend Menschen im Blickwinkel zu haben, die über genügend narzißtische Libido (Selbstliebe) verfügten und es geschafft hatten, sich im Leben einzurichten, und die Sinnfrage zu stellen begannen. Es kommen auch heute noch solche Menschen in unsere Praxen, und die klassischen Konzepte des Individuationsprozesses sind nach wie vor geeignet, diesen Menschen auf ihrer Suche zu helfen und sie zu begleiten. Der narzißtisch gestörte Mensch jedoch kann mit diesen Konzepten allein nicht dort erreicht werden, wo er Hilfe braucht. Wohl arbeitet der in sich gefestigte Mensch, wenn er sich auf den Individuationsweg begibt, im narzißtischen Bereich, davon zu unterscheiden sind jedoch all jene Menschen, und es sind derer immer mehr, die an einer narzißtischen Störung *sui generis* leiden. Sie sind nicht damit erfaßt, daß man ihnen einen narzißtischen Schatten, das heißt Eitelkeit und Kränkbarkeit, zuschreibt – einen solchen haben wir alle –, sondern sie werden nur dann angemessen verstanden, wenn gesehen wird, daß eine narzißtische Wunde ihre gesamte Persönlichkeit beeinträchtigte und ihr Selbst- und Weltverständnis prägte. Sie weisen eine Psychodynamik auf, die sich grundlegend unterscheidet von dem Menschen mit starkem Ich, den Jung im Auge gehabt hat und der – das ist nicht von der Hand zu weisen – zur Zeit, als Jung seine Beobachtungen machte und seine Werke schrieb, dank eines damals noch in sich gefestigteren kollektiven Wertekanons als heute vermehrt anzutreffen war.