

Freud und seine Arbeiten

Der Begründer der Psychoanalyse

Sein Leben

Sigmund Freud wurde 1865 in Mähren (heute: Tschechische Republik) geboren und hat 11 Geschwister (2 davon Halbgeschwister). Wobei er sich im Laufe seines Lebens zum Atheismus bekennt, betonte er stets die Bedeutung des Judentums (seine Eltern sind wegen der Judenverfolgung von Köln geflohen).

Sehr bedeutend auf Freud wirkte die damals viktorianische Zeit. Die eingeschränkte Bewegungsfreiheit des Menschen bedingt durch soziale Normen, ließen ihn über verschiedene psychologische Themen überlegen. Es gibt eine klare geschlechterspezifische Trennung und die Sexualität galt als Tabu-Thema.

1873 besucht er die medizinische Fakultät der Universität Wien. Nach Forschungen an „niederen Fischarten“ wird er 1881 zum Doktor der Medizin anerkannt. 1882 arbeitet Freud in einem Wiener Allgemeinen Krankenhaus. Freud erkennt die Wirkung des Stoffs Kokains. Er denkt ein Wundermittel der Medizin gefunden zu haben, welches Depressionen beseitigt und die allgemeine Leistung des Konsumenten verbessert. In seinen Publikationen gibt er aber nicht zu, dass die Heilungen größtenteils misslungen sind. Seine Selbstexperimente waren auch nicht sehr aufschlussreich. Als auch die starke Abhängigkeitsgefahr von Kokain erkannt wird, steht Freud unter vermehrter Kritik bei den Ärzten und er gibt seine Theorie vom „Wundermittel“ Kokain auf. Jedoch fand Kokain in der Augenheilkunde eine wichtige Rolle: Mit wenigen Tropfen Kokain am Auge konnte eine vollkommene Anästhesie erreicht werden. Dies erwies sich für Operationen am grauen Star sehr hilfreich.

1885 wird Freud mit Hysterie konfrontiert. Jean-Martin Charcot galt als „Napoleon der Hysteriker“ und faszinierte Freud mit seinen Theorien. Charcot konnte bei einem Mann nachweisen, dass er die Hand öffnen kann, wobei Wiener Spezialisten behaupten, es läge an einem Tumor. In Hypnose konnte der Mann die Hand schmerzfrei öffnen, weil er die eingeschränkte Funktion der Hand auf die andere Hand übertrug. Einer Frau brachte er das Gehen wieder bei (sie ging in Hypnose auf ihren geliebten Freund zu). Dies beeindruckt Freud und er wendet sich den Erkrankungen ohne organischen Befund zu. Er errichtet 1886 Freud in Wien eine Privatpraxis und spezialisiert sich auf Nervenkrankheiten.

In den folgenden Jahren hat Freud selbst mit einer Psychoneurose zu kämpfen als sein Vater qualvoll stirbt und seine Libido nachlässt. Er erholt sich jedoch wieder und der Begriff „Psychoanalyse“ erscheint zum ersten Mal in seinen Publikationen. Um sich hält er einen Kreis von Schülern (zB den Psychologen Carl Gustav Jung) und seine Frau. Zwischen 1887 und 1895 zeugte er mit seiner Frau Martha Bernays insgesamt 6 Kinder. Jedoch kann Freud keine engen Beziehungen zu seinen Kindern aufbauen und bleibt auf Distanz mit ihnen. Mit 2 Töchtern stand er dennoch näher und eine davon machte später sogar als Psychoanalytikerin Karriere. Die damaligen sozialen Verhaltensregeln schrieben jedoch vor, dass Mädchen intellektuell nicht so begabt sind und deshalb auch nicht so viel dürfen wie Buben. Alleine schon deshalb hielt Freud die Mädchen auf Distanz. Die Buben erzog er alle autoritär.

Freud lässt sich im 1. Weltkrieg von der Masse mitreißen, wird jedoch skeptisch und im 2. Weltkrieg flieht er 1938 nach London nachdem seine Werke von den Nationalsozialisten als „jüdische Pornographie“ verbrannt wurden. Er stirbt 15 Monate später an den Folgen eines Gaumenkarzinoms.

Freuds Vorbereitungen

Bevor Freud seine bekannten Schriften veröffentlichte, beschäftigte er sich mit anderen Themen und experimentierte noch bis er seine Modelle formuliert hat.

I. Voranalytische Stufe

Elektrotherapie: Anwendung von elektrischen Impulsen

II. Hypnose

Freud redet unter Hypnose dem Patienten die Symptome aus.
Vorteile und Nachteile

- Schnelligkeit / geringe Behandlungskosten
- niedrige Anstrengung für beide Seiten (Patient / Therapeut)
- viele Menschen nicht hypnotisierbar
- Erforschung der Ursachen fehlt

Da es sich bei der Hypnose um eine reine Oberflächen-/Symptombehandlung handelt, gibt Freud seine Arbeiten mit Hypnose nach Jahren auf. Er nutzt sie nur noch, um ins Unbewusste vorzudringen, was sich jedoch schwer gestaltet.

III. analytische Behandlungsmethoden

- *karthartische Behandlungsmethoden* („sittliche innere Reinigung“)
Aus den Arbeiten mit Hypnose erkennt Freud, dass Symptome verschwinden, wenn der Patient offen über das Erlebnis reden kann, welches das Problem auslöste.
Später gelang es Freud ohne Hypnose durch die Methode des Drückens und Drängens (durch Auflegen der Hand) dies selben Effekte zu erzielen.
Aus diesen beiden Methoden erkennt Freud, dass die Patienten selbst wissen, welche Krankheitsgeschichte sie hinter sich haben. Man müsste sie nur dazu bringen es mitzuteilen. Dies gestaltet sich als mühseliges Verfahren und dafür sucht Freud die effizienteste Methode.
- *Methode des „freien Assoziierens“*
Dahinter verbirgt sich die Annahme, dass dem Kranken – was immer er auch an Einfällen produzieren mag – nur das in den Kopf kommt, was irgendwie in Zusammenhang mit dem Leiden steht.
Die daraus resultierende Theorie: Hysterie / Neurose entsteht nur dann, wenn etwas (evtl. sexueller Missbrauch) Verbotenes aus dem Bewusstsein verdrängt wird. Und etwas Unbewusstes ist nicht / schwer bekämpfbar.
Das Ziel ist es nun diesen verdrängten Wunsch ins Bewusstsein zu holen und dort ist er wesentlich leichter zu bekämpfen.

IV. 2 Phänomene

Während Freuds Arbeit mit Patienten stößt Freud auf 2 Phänomene.

- *Übertragung*
Eine ganze Reihe früherer psychischer Erlebnisse wird nicht als vergangen sondern als aktuelle Beziehung zur Person des Arztes wieder lebendig. Der Analytiker wird damit zu einer wichtigen, vertrauten Person der Kindheit.
Merkmale:
 - a. Wiederholung eines Konfliktes aus der Kindheit
 - b. Unangemessenheit (zB trotziges Verhalten)

- c. Launenhaftigkeit
- o *Widerstand*
Patient will nicht zum Konflikt vorstoßen und entwickelt Abwehrmechanismen (Widerstand). Als Widerstand ist alles zu bezeichnen, was die freie Assoziation behindert.
Beispiele:
 - a. Abwesenheit von Affekten (monotones Reden)
 - b. Körperhaltung (Sturheit, Steifheit, übertriebene Gestik)
 - c. Sprache des Vermeidens (Fachwörter, Klischees um eine persönlich. Involvierung ins Geschehen zu vermeiden)

Der Therapeut hat nun die Aufgabe diese Widerstände und Übertragungen zu erkennen und die Gründe dafür zu analysieren.

Freuds Bewusstseinsmodell

Das Bewusste

Das Bewusste unterliegt der Bewusstseinsklarheit und liegt im Zentrum der Betrachtung. Es wird interpretiert und wird möglichst effektiv im Gehirn verarbeitet. Jedoch unterliegt das Bewusste auch der „Enge des Bewusstseins“.

Das Vorbewusste

Das Vorbewusste spielt in der wirtschaftlichen Werbung eine große Rolle. Ereignisse und Gegenstände können „unterschwellig“ aufgenommen werden und werden nicht direkt vom Bewusstsein verarbeitet.

Ein Patient Freuds beschrieb einmal einen „Kontuszowska“ bestellt zu haben. Jedoch hatte er diesen noch nie bestellt und er kannte das Wort gar nicht. In Wirklichkeit ging er jeden Morgen an einer Tafel mit diesem Wort vorbei. Daraus folgt, dass er den Namen dieses Getränks „unterschwellig“ aufgenommen hat. Als er das Getränk bestellte, rückte dieses Vorbewusste in Bewusstsein.

Das Unbewusste (nicht Unterbewusste!)

Das Unbewusste ist tief versteckt und kann nur sehr schwer ins Bewusstsein gerückt werden. Es gibt verschiedene Anlässe, wieso Bewusstes ins Unbewusste abgeschoben wird oder gar nie bewusst wurde.

- **nie bewusst** (in der Kindheit entwickelt das Bewusstsein und Inhalte können nur unterschwellig aufgenommen werden; diese Inhalte werden später plötzlich bewusst)
- **vergessen** (Jeder kennt es, wenn er in der Schule Daten aus dem Geschichteunterricht wieder vergisst)
- **verdrängt** (Inhalte werden verdrängt um die eigene Persönlichkeit zu schützen)

Freud entwickelt die Theorie, dass Verdrängung die Ursache für psychische Störungen wie Hysterie sein könnte. Daraus entwickelt er die Psychoanalyse, wo er diese Inhalte ins Bewusstsein zu rücken versucht.

Fehlleistungen

Unter Fehlleistungen versteht Freud alltägliche Kleinigkeiten bei welchen plötzlich Fehler auftreten. Er sieht auch hier die Ursache irgendwo im Unbewusstsein des Menschen. Im Deutschen werden die ganzen Fehlleistungen mit Ver- (zB vergessen,

verschreiben, vergessen) bezeichnet.

Versprechen

Sehr berühmt wurde der Begriff „Freudscher Versprecher“. Man möchte etwas sagen, jedoch hat man im tieferen Bewusstsein (vorbewusst / unbewusst) eine tiefgründigere Meinung. Diese dringt ins Bewusstsein und verändert die eigentliche Aussage.

zB „Da sind Dinge zum Vorschein gekommen“

Aussage: „Da sind Dinge zum Vorschein gekommen“

Hintergrund: „Das sind Schweinereien“

zB „Ziehen Sie ab“

Aussage: „Legen Sie ab“ (bedeutet „Legen Sie ihre Kleider nieder“)

Hintergrund: „Ziehen Sie ab“ (weil Gastgeber bereits müde war)

Vergessen

Vergessen kann auch einen tiefgründigeren Hintergrund haben. Man kann Dinge „unabsichtlich“ (unter Anführungszeichen, weil es im Grunde unabsichtlich ist, jedoch zum Vorteil der Person) vergessen, wenn diese Dinge mit etwas Negativem verbunden werden. Vergessen wird, damit man nicht mit diesem Negativem konfrontiert wird. Dies erinnert an ein Unlustgefühl.

zB Eine Frau verlangt von ihrem Mann zu einer gesellschaftlichen Veranstaltung mitzukommen. Innerlich wehrt sich der Mann dagegen, jedoch möchte er der Frau diesen Wunsch erfüllen. Vor der Veranstaltung holt er noch den Frack aus dem Koffer und plötzlich fällt ihm ein, dass er unrasiert ist. Deshalb geht er noch schnell in das Badezimmer. Als er wieder zum Koffer geht, ist dieser verschlossen und der Schlüssel ist eingesperrt. Da ein Schlosser nicht so schnell aufzutreiben ist, kann er nicht zur Veranstaltung gehen.

Eine Künstlerin zwingt sich selbst weiterzuarbeiten. Deshalb geht sie vom Park ins Museum und auf dem Weg besorgt sie alle Zeichenmaterialien. Als sie im Museum ankommt und zeichnen beginnen will, fällt ihr ein dass sie das Zeichenpapier vergessen hat. Sie kann ihre Arbeit nicht beginnen und ihre Unlust hat sich durchgesetzt.

Träume

Seit Aristoteles besteht das Bestreben Träume wissenschaftlich zu untersuchen.

Trauminhalt

- *von außen kommende Reize*

Ein Patient „Maury“ träumt von einer Schreckensherrschaft zur Zeit der Französischen Revolution. Er nimmt an Morden teil und kommt vor den Gerichtshof. Dort wird er vor Robespierre und Marat zu Tode verurteilt. Er steigt auf die Guillotine und der Vollstrecker bindet ihn an das Brett. Das Messer fällt und er fühlt einen starken, stechenden Schmerz. Er wacht mit Todesangst auf. In Wirklichkeit ist er vom Bett gefallen und sein Nacken ist gegen eine Kante gestoßen. Ähnlich wie das Messer der Guillotine.

Auch sehr bekannt ist, wenn der Wecker in das Geschehen des Traums einbezogen wird. So wird das Läuten des Weckers im Traum als Läuten der Kirchenglocke dargestellt. Wacht man normalerweise ganz leicht bei Weckerläuten auf, so könnte dies als ein Wehren gegen das Aufwachen interpretiert werden.

- *innere Reize*

Die Träume können auch von inneren Reizen gelenkt werden. Hunger kann im

Traum als riesiger Tisch mit kostbaren Speisen dargestellt werden.
Viele Kinder träumen sie würden im Traum aufs Klo gehen. Die Bettnässer setzen dann in der Realität während des Schlafens ihre Schließmuskeln außer Kraft.

- **Tagesreste**
Basierend auf der Meinung, dass Träume zur Bewältigung von Problemen entstehen, können im Traum Tagesreste verarbeitet werden. Dies betrifft sowohl Bewusstes als auch Vor- und Unbewusstes.
Spielt man am Abend noch sehr lange Computer so träumt man in der Nacht von dem Spiel weiterhin.

Ursachen des Traums

Wozu dienen Träume? Diese Frage ist nahezu ungeklärt.

Eine Theorie versucht eine physiologische Erklärung. Nicht alle Hirnregionen sind während des Schlafens gleich ausgeschaltet. Der Traum tritt so als „partieller Wachzustand des Gehirns“ auf. Die stärker aktiven Gehirnregionen bestimmen den Inhalt des Traums.

Eine andere Theorie besagt, dass Träume Dinge verarbeiten, die während des Wachzustands nicht erledigt oder unterdrückt wurden. Der Traum verfügt somit über eine heilende Funktion. Im Bildungswesen wird empfohlen vor dem Schlafen gehen zu lernen. Dadurch werden diese Inhalt im Traum nochmals verarbeitet und bleiben länger im Gehirn.

Im Grunde spielt es keine Rolle, welche Theorie die „wirklich richtige“ ist. Am meisten kann man aus den Inhalten selbst lesen. Traum inhalte sind nicht abstrakte und total irrealer Geschehnisse. Sie orientieren sich an Erlebtem und dazu zählen Probleme, die psychisch erzeugt werden.

Psychoanalytische Traumtheorie

Nach Freud sind alle Träume Wunschträume. Auch wenn die Wünsche nicht sofort erkennbar sind, so bilden sie immer die Auslebung von einem Wunsch. Oft stammen diese Träume weit aus der Vergangenheit.

In Zusammenhang mit der Psychoanalyse entwickelt Freud das Konzept des „freien Assoziierens“. Nur der Patient selbst kann die Hintergründe eines Traums erkennen und der Psychoanalytiker muss die Aufgabe übernehmen mit Fragen den Patienten dazu bringen, sich durch Assoziation an alle zusammenhängende Erlebnissen zu erinnern, um Zusammenhänge zum Traum zu erkennen. Der Psychoanalytiker selbst kann nicht die Träume des Patienten analysieren, da jeder Mensch ein ganz anderes Unbewusstsein und andere Vergangenheit hat. Und der Traum ist nicht das Resultat aus Unbewusstem und Vergangenenem.

Traumarbeit

- **Verdichtung**
Charakterliche Merkmale von Personen können in einem Traum zusammengezogen werden. So kann ein Mann die Brille des Vaters, die Nase des Vorgesetzten und die Kleidung eines Freundes des Träumenden tragen. Man spricht von „Verschmelzung“.
- **Verschiebung**
Inhalte werden als harmlos erlebt, haben jeden einen ernsthaften tiefsinnigen Hintergrund.
Eine Patientin Freuds träumte, sie gäbe einem Maikäfer die Freiheit und lasse

ihn aus dem Fenster fliegen. Beim Schließen des Fensters wird dieser zerquetscht und getötet. Die Psychoanalyse ergab, dass das entstehende Gefühl des Ekels mit Problemen in ihrer Familie zusammenhängt.

- **Symbolisierung**

Visuelle Inhalte stehen für bestimmte Bedeutungen. So widerspiegelt Gerades und Aufgerichtetes die Männlichkeit, während Ovale und Hohles die Weiblichkeit symbolisiert. Ein Kreuz steht für die religiöse Bedeutung. Eine Schlange für Klugheit und Heilung.

Die Bedeutung kann sogar widersprüchlich sein. So kann die Bedeutung eines Raums sowohl die Unendlichkeit (mit x- und y-Koordinaten) als auch die eingeschränkte Bewegungsfreiheit (Träume werden meist nicht in bestimmten Bewegungsbereichen erlebt) symbolisieren. In dem Fall kann sich die Symbolisierung auch mit der Verdichtung vermischen.

Erinnere: Nur der Patient kann die Träume selbst analysieren. Eine Schlange kann genauso als Gefahr symbolisiert. Je nachdem wie die Person eine Schlange erlebt hat.

- **plastische Wortdarstellung**

Ein sprachliches Muster wird im Traum visuell dargestellt.

zB „Im Traum wird eine Frau unter dem Bett hervorgezogen“

Analyse: Der Frau wird der Vorzug gegeben.

zB „Patient steigt auf einen Berg und hat eine wunderschöne Aussicht“

Analyse: „Rundblick“ ist der Name des Magazins eines Freundes des Patienten.

Traumanalyse

Im Kapitel „Psychoanalytische Traumtheorie“ wurde das wichtigste schon gesagt: Nur der Patient selbst kann einen Traum analysieren. Außerdem gilt der Traum als „Hüter des Schlafs“.

In einem Traum kann man zwei Inhalte unterscheiden: Auf der einen Seite den latenten Trauminhalt. Dieser hat eine klare Motivation und ist nach Freud ein Wunsch. Über diesen Trauminhalt schiebt das Über-Ich (siehe nächstes Kapitel) die „Zensur“. Diese entfernt sämtliche Inhalte, die nicht klar im Traum erlebt werden sollten (zB verdrängte Inhalte, die die Persönlichkeit gefährden könnten). Das Resultat nach der Zensur ist der manifeste Traum, den man wirklich träumt.

Die Traumanalyse hat die Aufgabe den umgekehrten Weg zu gehen: Aus manifestem Inhalt soll der latente Inhalt ersichtlich werden.

Was passiert in einem Angsttraum? Wünscht man sich Angst?

Angst hat durchaus einen schützenden Effekt. Es gibt Teile im Unbewusstsein, die nicht ins Bewusstsein gelangen und deshalb auch nicht in Träumen vorkommen dürfen. Die Zensur kann nicht alle „gefährlichen“ Teile des Traums entfernen. In solch einem Fall erzeugt das Über-Ich ein Angstgefühl, welches so stark ist, dass man aufwacht und das Unbewusst kann nicht mehr hochkommen.

Was ist nun wenn eine Person von dem Tod einer Person träumt? Wunschtraum?

Es gibt durchaus unterschiedliche Motivationen für solch einen Traum. Freud unterscheidet diese an 2 Gefühlen:

1. *emotionslos* (Der Tod wird nicht mit Emotionen erlebt)

Der Tod steht symbolisch für etwas. Es findet eine Verschiebung oder gar eine Symbolisierung statt.

Eine Patientin hatte 2 Söhne. Otto – der ältere – ist bereits sehr früh gestorben. Wie sie zugibt, war Otto ihr persönlicher Liebling. Nun träumt sie, dass ihr 2.

Sohn auch stirbt. Sie kauft es Freud nicht ab, dass es sich um einen Wunsch handelt. Es ist zwar nicht ihr Liebling, aber trotzdem ihr Sohn.

Analyse: Die Patientin hat regelmäßig einem hübschen Professor bei Vorträgen zugehört. Mit ihm hatte sie auch eine sehr enge Freundschaft. Bei Ottos Begräbnis sah sie ihn jedoch zum letzten Mal. Innerlich verband sie jetzt einen Tod des Kindes mit dem Treffen des hübschen Professors. Sie wünscht sich den Tod des Kindes, um den Professor wieder zu treffen.

2. *emotional* (Der Tod wird emotional erlebt; teilweise wachen die Träumenden wegen des Angstgefühls auf)

Eine Mutter träumt davon, dass ihre 15-jährige Tochter stirbt. Es ist aber zweifelsfrei kein Wunsch von ihr.

Analyse: In der Schwangerschaft überlegte die Mutter noch das Kind abzutreiben. Es war nicht geplant und stürzte sie in ziemlich große Probleme. Damals wünschte sich die Mutter, dass das Kind vielleicht nicht existent gewesen wäre.

Somit können sich Todesträume auf uralte, nicht mehr relevante Ereignisse beziehen.

Freuds Persönlichkeitsmodell

- **Es**
Das Es setzt sich für die Erfüllung unseres Triebes ein. Unter Trieb sind sämtliche Funktionen zu bezeichnen, die wir alle gemeinsam haben. Dazu zählt beispielweise der Hunger oder die sexuelle Lust. Dies sind alles Funktionen, um zu überleben und uns fortzupflanzen. Ohne diesen wäre ein Überleben nicht möglich.
- **Über-Ich**
Das Über-Ich könnte als Gegenteil vom Es interpretiert werden. Es umfasst sämtliche Gedanken, die an die sozialen Normen angepasst sind und auch das Ich-Ideal umfassen. Sozusagen ist das Über-Ich die Moral oder das Gewissen. Auf der einen Seite müssen wir unseren Trieben (Es) folgen, um zu überleben. Umgekehrt müssen wir gut auf unsere Umwelt wirken und uns deshalb an Normen halten.
- **Ich / Ego**
Das Ich stellt sich genau zwischen Über-Ich und Es. Das Ich hat die Aufgabe diesen inneren Konflikt zu regeln und zu kontrollieren. Sowohl das Es als auch das Über-Ich darf nicht die Überhand nehmen, da es sonst zu psychischen Störungen (eine naheliegende Theorie ist, dass Depressionen auf diese Weise entstehen können) kommen kann.

Freuds Triebmodell

Das Eros ist der Lebenstrieb (der selbstlose Einsatz zu Überleben)

Der Destruktions- oder Aggressionstrieb ist der Todestrieb (der Einsatz um etwas zu erreichen)

Die „Libido“ ist die Energie des Eros (bezieht sich nicht nur auf Fortpflanzung)

Die Sexualtheorie befasst sich mit der Entwicklung der Sexualität

Freud unterscheidet drei Phasen:

- orale Phasen (1. Lebensjahr)
Nuckeln an der Brust, Versuch alle Gegenstände zu essen
später: Kaugummi, Zigarette

- anale Phase (2. Lebensjahr)
Kontrolle über Darmausscheidungen
später: Entwicklung von Geiz, Macht und Leistung
- phallische Phase (3. Lebensjahr)
Genitale, Geschlechterunterschied, Stichwort „Penisneid“

Der Ödipuskonflikt

Der Konflikt - einerseits sich an den gegengeschlechtlichen Elternteil zärtlich zu binden und andererseits den gleichgeschlechtlichen Elternteil als Konkurrenten anzusehen – wird als Ödipuskonflikt bezeichnet. Da das Kind dadurch aber einen Konflikt provoziert, hält es sich zurück. Es identifiziert sich mit dem übermächtigen Aggressor und ist bereit dessen Werte zu übernehmen (vor allem bei Vater-Sohn). Die Liebe zu einer Mutter findet nur mehr auf eingeschränkt zärtlicher Ebene statt. Sie tritt teilweise nur mehr latent auf und in der Pubertät entfaltet sie sich wieder. Jedoch nicht auf das gegengeschlechtliche Elternteil sondern allgemein auf gegengeschlechtliche Partner.

Quellen

„Psychologie“ 9. Auflage 2006 ISBN 3-7003-1570-8
wiki:Sigmund_Freud