

## Die Psychoanalyse von Sigmund Freud

Der Hauptvertreter einer dynamischen Auffassung der menschlichen Psyche war **Sigmund Freud**, der um die Jahrhundertwende (1856-1939) in Wien als Begründer der Psychoanalyse tätig war. Kernpunkt der Theorie ist die Annahme, dass das menschliche Verhalten biologisch vererbten Trieben oder anderen intrapsychischen Kräften entspringt. Das Leben ist gekennzeichnet durch andauernde Versuche, die Konflikte zwischen den Trieben einerseits und den gesellschaftlichen Forderungen andererseits zu lösen. Wir handeln, weil nicht befriedigte Triebe, nicht erfüllte Pflichten und nicht gelöste Konflikte ein neuronales Energiepotenzial (Spannung) erzeugen, welches nach Reduktion und Abfuhr drängt. Die **Reduktion von Spannung** ist das zentrale Ziel unseres Handelns. Im Zentrum der psychodynamischen Theorie stehen vier Hauptbegriffe: Psychischer Determinismus, frühkindliche Erfahrungen, Triebe, unbewusste Prozesse.

Der **psychische Determinismus** besagt, dass jedes Verhaltensmerkmal und jedes psychophysische Symptom durch bestimmte Lebensereignisse verursacht ist. Dabei spielen die **frühkindlichen Erfahrungen** eine besonders wichtige Rolle. Das gilt vor allem für die frühen Stufen der psychosexuellen Entwicklung. „*Das Kind ist der Vater des Erwachsenen*“. Ursprünglich ist das Kind nur mit seinen **unbewussten, vitalen Trieben** ausgestattet und lernt erst in kleinen Schritten die Außenwelt kennen. In der Auseinandersetzung von **Trieb und Realität** formt sich die individuelle Persönlichkeit, kommt es zur **Ich-Entwicklung**.

Sigmund Freud gelangt zu seinen psychologischen Modellvorstellungen über das Studium und die Therapie von psychisch Kranken. Klinische Beobachtungen und eine Vielzahl von einzelnen Fallstudien liefern ihm die Daten für sein Theoriengebäude. Dessen Fundament bilden **unbewusste Prozesse**: Menschen handeln oftmals ohne bewusste Einsicht (Kognition) in die tieferen Motive ihres Tuns. Hinter dem offensichtlichen (manifesten) Denken und Handeln steht manchmal ein verborgener (latenter) Inhalt. Der Begriff der unbewussten Motivation stellt eine neue Dimension dar, eine wichtige Erweiterung des rationalen Modells der Persönlichkeit, welche sich nicht so leicht in einem objektiven Test einfangen lässt.

Interessante Untersuchungen von **M. T. Motley** (1987) über **Versprecher** und **Fehlleistungen** liefern experimentelle Hinweise dafür, dass es so etwas wie eine unbewusste Seite der Psyche geben muss. Zwei nach dem Zufallsprinzip gebildeten Gruppen von Männern wurden bestimmte Wortpaare in Zeitintervallen von einer Sekunde auf einen Bildschirm projiziert. Die Wortpaare mussten nur dann laut vorgelesen werden, wenn ein Summton ertönte. Bei der ersten Gruppe wurde mithilfe von kurzen, schmerzhaften elektrischen Reizen eine ängstliche Spannung erzeugt. In der zweiten Gruppe wurde der Versuch von einer attraktiven, provozierenden Frau geleitet, und so eine sexuelle Spannung erzeugt. Die Wortliste enthielt nun zu gleichen Teilen Worte, die zu Verprechern führen konnten, welche entweder mit Schreckerlebnissen oder mit weiblicher Attraktivität zusammenhingen. Die Männer in der ersten Gruppe lieferten signifikant mehr Versprecher in Richtung von Angst als in Richtung von Sexualität, also statt „sham dog“ oder „worst cottage“ wurde „damned shock“ oder „cursed wattage“ gelesen. In der zweiten Gruppe war es genau umgekehrt: anstelle von „past fashion“ oder „brood nests“ wurde „fast passion“ oder „nude breasts“ gelesen.

Neben den Trieb-Motiven werden noch das **Vergessene** und das **Verdrängte** als unbewusste Bereiche postuliert. Freud sieht in dem Mechanismus der Verdrängung einen wichtigen Schutzmechanismus des Ichs vor den dunklen Mächten der Triebe. Unerwünschtes, Peinliches, mit dem sozialen Gewissen nicht Verträgliches wird aus dem bewussten Erleben abgeschoben.

Einmal verdrängte Inhalte entziehen sich dem weiteren Zugriff der bewussten Einsicht. Jedoch sind sie nicht gelöscht, sondern können störend auf das Erleben und Verhalten einwirken. Dadurch kann es zu so genannten **neurotischen Erkrankungen** kommen.

Insgesamt kann die psychoanalytische Lehre von Sigmund Freud in drei Bereiche aufgegliedert werden: in die Triblehre, in das Persönlichkeitsmodell und in die Neurosenlehre. Im Folgenden sollen die wichtigsten Grundzüge davon besprochen werden.

## [1] Die Triblehre

Freud postuliert zwei Grundtriebe: den **Sexualtrieb** (Eros) und den **Todestrieb** (Thanatos). Der Eros ist konstruktiv, sein Ziel ist die Erschaffung von Leben und die Lust am Leben (Lebens- oder Lustprinzip). Der Thanatos ist destruktiv und aggressiv, sein Ziel ist die Zerstörung. Alle anderen Triebe bestehen in einer verschieden starken Mischung dieser beiden Triebe. So enthält beispielsweise der Nahrungstrieb eine aggressive Komponente (Schlachtung der Tiere) und eine erotische Komponente (Einverleiben der Nahrung).

Nach Sigmund Freud äußert sich der Sexualtrieb bereits im Säuglingsalter und durchläuft dann die typischen Phasen der infantilen Sexualität. Er unterscheidet eine orale, anale und phallische Entwicklungsphase, auf die eine Latenzperiode, die Pubertät und schließlich die adulte Sexualität folgen.

In der **oralen Phase** (erstes und zweites Lebensjahr) gewinnt der Säugling Lust durch das Lutschen an der Mutterbrust. Durch deren Entzug wiederholt sich jenes schmerzhaftes Erlebnis von Verlust, welches das erste Mal bei der Geburt aufgetreten ist (Verlust der schützenden Gebärmutter). Nach der oralen Phase folgt die **anale Phase** (zweites und drittes Jahr). Hier liegen die lustvermittelnden Rezeptoren (**erogenen Zonen**) nicht in der Mundregion, sondern am anderen Ende des Verdauungsschlauches, im Anusbereich. Dem lustvollen Ausleben der Entleerung wird durch Tabuisierung und Reinlichkeitserziehung gar bald ein Riegel vorge-schoben und die sexuelle Energie (**Libido**) beginnt sich auf den genitalen Bereich zu konzentrieren (**phallische Phase**, viertes und fünftes Lebensjahr).

In dieser Periode kommt es zur sexuellen Zuwendung zum gegengeschlechtlichen Elternteil. Die inzestiöse Entwicklungstendenz (**ödipale Phase**) wird durch einen stark affektbesetzten und subjektiv überschätzten Erlebnisinhalt beendet. Das Kind erlebt sich als Rivale zum gleichgeschlechtlichen Elternteil. Der Knabe erkennt seine Schwäche im Vergleich mit dem übermächtigen Vater. Die Angst vor einer möglichen **Kastration** führt zum sexuellen Rückzug in die Latenzperiode. Das Mädchen hingegen empfindet eine genitale Minderwertigkeit im Vergleich mit dem männlichen Phallus (**Penisneid**) und gelangt so in die **sexuelle Latenz**. Diese dauert beim Menschen einige Jahre. Dabei wird die Wachstumsenergie des Körpers nicht in sexuellen Aktivitäten aufgebraucht, sondern in die Entwicklung des Gehirns mit seinen intellektuellen Funktionen investiert. Nirgends im Tierreich ist eine solche lange sexuelle Latenzzeit zu finden - aber auch kein Tier besitzt eine so leistungsfähige Großhirnrinde wie der Mensch!

Nach der Latenzperiode kommt es zur endgültigen Ausreifung des Hormonsystems und der Sexualität. Die so genannte **Pubertät** ist eine sehr schwierige und unausgeglichene Phase. Nach ihrem Ende ist die Entwicklung der menschlichen Sexualität abgeschlossen, die Zeit des Erwachsenseins beginnt. In der **adulten Sexualität** finden sich alle früheren Entwicklungsstadien in einer integrierten, ausgeglichenen Form wieder.

Im Idealfall soll das Kind in jeder seiner Entwicklungsphasen das richtige Ausmaß an Befriedigung erleben. Erhält es zuwenig, dann bleibt es auf die betreffende Phase fixiert und der Übergang zur nächsten Phase gelingt nur mangelhaft. Erlebt das Kind zu viel an Befriedigung, so besteht später die Gefahr des Rückfalls (Regression) in diese (zu) angenehme Phase, sobald Schwierigkeiten und Konflikte auftreten. Durch solche Störungen in der psychosexuellen Entwicklung (Desintegration) können sich oral, anal oder auch phallisch **fixierte Charaktertypen** ausbilden. Die orale Persönlichkeit ist fordernd und nehmend, aber selbst kaum bereit zu schenken und zu geben. Der anale Charaktertyp ist zwanghaft ordentlich und legt großen Wert auf materiellen Besitz; der phallische hingegen ist übertrieben ehrgeizig. Abschließend sollte noch erwähnt werden, dass Freud sehr viele Parallelen und Ähnlichkeiten zwischen psychosexueller kindlicher Entwicklung einerseits und Stammesgeschichte und Mythologie andererseits sieht; so ist es auch nicht zu verwundern, dass er seine Theorien mit vielen entsprechenden Metaphern darstellt.

Ein wesentliches Merkmal des Menschen im Vergleich zum Tierreich ist sein **aufrechter Gang**. Dadurch vergrößert sich sein Gesichtsfeld und die Hände werden zu freien Greifwerkzeugen. Aber kein Vorteil ohne Nachteil. Es kommt zur Überbelastung der Wirbelsäule und chronischen Kreuzschmerzen. Außerdem werden durch die aufrechte Haltung die bisher bedeckten Genitalien sichtbar und schutzbedürftig. Es entsteht das Gefühl der **Scham**. Die Aufrichtung wirkt sich auch hemmend auf die infantile Analerotik aus, die Exkreme werden sauber entsorgt, Reinlichkeit ist gefragt. Es entsteht das Gefühl des **Ekels**. Die Emotionen von Scham und Ekel beenden die lustvollen Perioden infantiler, prägenitaler Sexualität. Das **Tabu der Inzucht** und das Gefühl der **Kastrationsangst** unterdrücken die ödipalen Tendenzen in der phallischen Phase und beenden die Periode der infantilen, genitalen Sexualität.

Der wichtigste Unterschied zwischen infantiler (kindlicher) und adulter (erwachsener) Sexualität liegt im Zielobjekt des Triebes. Bei der infantilen Sexualität ist die erotische Energie (Libido) hauptsächlich auf das eigene ICH gerichtet (primärer **Narzissmus**). Bei der adulten Sexualität hingegen besetzt die Libido auch andere, fremde Objekte. Voraussetzung dafür ist eine Plastizität, eine freie **Verschiebbarkeit der Libido** auf verschiedene Objekte. Dies ist eine zentrale Hypothese von Sigmund Freud.

## [2] Das Persönlichkeitsmodell

Nach der Geburt besteht die Psyche des Kleinkindes nur aus **angeborenen Trieben**, welche unbewusst wirken und nach Befriedigung streben. Nicht erfüllte Triebe erzeugen Unlust, ihre Erfüllung hingegen Lust (**Lustprinzip**). Freud bezeichnet diesen Bereich der menschlichen Psyche als das **ES**. Es ist der Aufenthaltsort nicht nur unserer Triebe, sondern aller **unbewussten Prozesse**. Diesem ES steht die Außenwelt gegenüber, die sich in Natur und Gesellschaft gliedert (**Realitätsprinzip**). Die von den Sinnesrezeptoren einströmenden sensorischen Inputs müssen geprüft und mit den inneren Motiven abgeglichen werden, auch müssen Erinnerungsspuren angelegt und abgefragt werden (Gedächtnisfunktion). Diese Realitätsprüfung übernimmt ein eigener Bereich der menschlichen Psyche, das so genannte **ICH**. Es hat somit zunächst die Aufgabe, zwischen ES und REALITÄT zu vermitteln. Die dabei im ICH ablaufenden Vorgänge und Zustände werden **bewusst** erlebt.

Die Gesellschaft, als deren erste und mächtigste Vertreter die Eltern auftreten, setzt Gebote und Verbote für unser Verhalten, versucht so das ES, sein Luststreben und seine Aggressionen zu reglementieren. Die Bestrafung durch Liebesentzug (wieder ein Verlusterlebnis) ist die schärfste und subtilste Waffe der Erziehung.

Aus Furcht vor äußerer Bestrafung und Liebesentzug leistet das Kind Triebverzicht; das ICH verinnerlicht das Normensystem der Gesellschaft und macht es zu seinem internen Leit- und Regelsystem für das eigene Handeln (Identifizierung, Internalisierung). Dieser so aus dem ICH entstandene Bereich wird auch als **ÜBER-ICH** (moralisches Gewissen) bezeichnet. Bei einer Tat, die dem moralischen Gewissen nicht entspricht, erlebt das ICH die Gefühle der Schuld und Reue, welche nichts anderes als die verinnerlichte Furcht vor Bestrafung durch eine Autorität darstellen (Gewissensangst). Das Kind leistet den Triebverzicht jetzt aus Gewissensangst. Das ICH muss somit nicht nur zwischen Realität und ES, sondern auch zwischen ÜBER-ICH und ES vermitteln. Konflikte zwischen diesen Instanzen sind unausweichlich und müssen vom ICH so gelöst werden, dass ein optimaler Kompromiss herauskommt.

**REALITÄT, ES, ICH und ÜBER-ICH** sind die vier Hauptbegriffe des Persönlichkeitsmodells.

Freud selbst vergleicht das ICH mit einem Reiter und das ES mit dem Pferd. Die Realität ist die Landschaft, durch die galoppiert wird. Das ÜBER-ICH besteht in der erlernten Reitkunst des ICHs. Es ist offenkundig, dass manchmal in Phasen der ICH-Schwäche die Zügel entgleiten und das Pferd die Richtung bestimmt und der arme Reiter nur mehr versucht, sich krampfhaft im Sattel zu halten. Wir alle kennen diese Situationen nur zu gut - und fürchten sie.

Aus der in konkreten Lebenssituationen erlernten Angst vor Bestrafung, die eigentlich eine Angst vor Verlusten ist, kann sich die emotionale Haltung der **Ängstlichkeit** entwickeln. Die verinnerlichte Angst des ICHs vor den unbewussten Trieben des ES (**Triebangst**) einerseits und dem gar zu strengen ÜBER-ICH (**Gewissensangst**) andererseits, aber auch die Angst vor der äußeren, bedrohlichen Realität (**Realitätsangst**) sind bedeutsame ICH-Erlebnisse; durchaus keine positiven. Die Angst wirkt so als ein Warnsignal für einen bevorstehenden Konflikt. Es ist daher verständlich, dass das ICH alles unternimmt, um dem Konflikt und der Angst davor auszuweichen. Dazu dienen die so genannten **Abwehrmechanismen**.

Kompensation	Verhüllung einer Schwäche durch Überbetonung eines erwünschten Charakterzuges. Die Frustration (Misserfolg, Enttäuschung) auf einem Gebiet wird aufgewogen durch übermäßige Befriedigung auf einem anderen.
Verleugnung	Schutz vor einer unangenehmen Wirklichkeit durch die Weigerung, sie wahrzunehmen.
Verschiebung	Entladung von aufgestauten, gewöhnlich feindseligen Gefühlen auf Objekte, die weniger gefährlich sind als diejenigen, welche die Emotion ursprünglich erregt haben.
Emotionale Isolierung	Vermeidung traumatischer (verletzender) Erlebnisse durch Rückzug in Passivität.
Fantasie	Befriedigung frustrierter Wünsche durch imaginative Erfüllung (z.B. Tagträume).
Identifikation	Erhöhung des Selbstwertgefühls durch Identifikation mit einer Person oder Institution von hohem Rang.
Introjektion	Einverleibung äußerer Werte und Standardbegriffe in die Ich-Struktur, so dass das Individuum sie nicht mehr als Drohungen von außen erleben muss.
Isolierung	Abtrennung der emotionalen Regungen von angstbeladenen Situationen oder Ausgrenzung unverträglicher Strebungen durch straffe gedankliche Zergliederung. Widersprüchliche Strebungen werden isoliert (Kompartmentbildung).
Projektion	Übertragung eigener Unzulänglichkeiten und unmoralischer Wünsche auf andere Personen.
Rationalisierung	Der Versuch, sich einzureden, dass das eigene (Fehl-)Verhalten verstandesmäßig begründet und so vor sich selbst und vor anderen gerechtfertigt ist.
Reaktionsbildung	Angstbeladene Wünsche werden vermieden, indem gegenteilige Intentionen und Verhaltensweisen überbetont und diese als „Schutzwall“ verwendet werden.
Regression	Rückzug auf eine frühere Entwicklungsstufe mit primitiveren Reaktionen und in der Regel auch auf ein niedrigeres Anspruchsniveau (Leistungserwartung).
Verdrängung	Verhinderung des Eindringens unerwünschter oder gefährlicher Impulse ins Bewusstsein.
Sublimierung	Verschiebung nicht erfüllter sexueller Bedürfnisse auf Ersatzhandlungen, die von der Gesellschaft akzeptiert werden (z.B. Ersatzbefriedigung durch kulturelle Tätigkeiten).
Ungeschehenmachen	Sühneverlangen für unmoralische Wünsche und Handlungen, um diese damit aufzuheben.

Der wichtigste Abwehrmechanismus ist die **Verdrängung**. Durch das strenge ÜBER-ICH wird das ICH gezwungen alle jene Erlebnisinhalte, welche mit dem moralischen Gewissen nicht verträglich sind, also viele unerlaubte Ansprüche des ES, aus dem Bewusstsein zu verbannen. Dadurch können Konflikte vordergründig abgewehrt und vermieden werden. Aber Verbannte sind noch nicht tot. Man ist sich zwar der verdrängten Vorstellungen nicht mehr bewusst, spürt aber weiterhin die mit dem verdrängten Inhalt assoziierten Affekte. Das Verdrängte ist nicht gelöscht, es ist nur von der bewussten Bildfläche verschwunden, untergetaucht worden vom ICH in die Tiefen des Unbewussten. Von dort kann es weiter wirken und das bewusste Erleben und Verhalten beeinträchtigen. So können möglicherweise neurotische Störungen entstehen.

### [3] Die Neurosenlehre

Im Zentrum des psychodynamischen Modells psychischer Störungen steht die Annahme, dass ein schwaches ICH die intrapsychischen Konflikte zwischen den unbewussten, irrationalen Impulsen des ES (**Triebansprüchen**) und den verinnerlichten, sozialen Einschränkungen des ÜBER-ICHs (**moralische Werthaltungen**) nicht in angemessener Form lösen kann. Neurobiologisch sind es Erregungskollisionen zwischen dem uralten Hirnstamm und der jüngeren Großhirnrinde. Dadurch kommt es zu physischen und psychischen Störungen, verbunden mit psychosomatischen Symptomen. Diese bestehen vor allem in motorischen und vegetativen Fehlsteuerungen, die sich beispielsweise in Funktionsstörungen innerer Organtätigkeit auswirken. Symptome sind Signale für einen nicht verarbeiteten Konflikt. Aus der Sichtweise der traditionellen Psychoanalyse liegen die meisten Ereignisse, die Konflikte auslösen (traumatische Erlebnisse, Trauma = Verletzung), hauptsächlich in der Kindheit. Dort sind sie ins Unbewusste verdrängt worden und können später in ein körperliches Symptom umgewandelt werden (**Konversion**). Das Symptom stellt eigentlich eine Kompromisslösung eines zu schwachen ICHs dar, welches das Trauma und den Konflikt nicht vollständig rational und emotional verarbeiten kann.

Freud sagt, dass eine Person dann neurotisch erkrankt, wenn das ICH die Fähigkeit eingebüßt hat, die Libido irgendwie unterzubringen. Die Grenzen zum Normalen sind fließend. Sie werden allein durch den quantitativen Betrag der nicht abgeführten, nicht abreagierten Libido bestimmt. Das Verdrängte kehrt - quantitativ bedingt - als Symptom zurück. Unglücklicherweise enthält das Symptom keine Hinweise auf den verdrängten Inhalt, denn im Unbewussten wirken eigene Mechanismen, vor allem jene der Verschiebung und Verdichtung der Libidobesetzung von Objekten.

Die graduelle Abweichung vom Normalen, die eine Störung des Erlebens und Verhaltens darstellt (begleitet von einer Symptombildung), wird als Neurose bezeichnet. Jede neurotische Entwicklung zeigt zwei Phasen. Im ersten Schritt versucht das ICH dem ÜBER-ICH zu gehorchen, und das ES zu unterdrücken. Wenn dies auf Grund der Macht des ES nicht gelingt, folgt der zweite Schritt. Auf den anfänglichen **Realitätsgehorsam** folgt ein **Fluchtversuch**. Es wird fortan jenes Stück Realität durch Verdrängung oder Isolierung gemieden, welches den Triebanspruch auslöst und erregt. Freud hat die **Neurose** als angstvolle **Realitätsvermeidung** bezeichnet.

### Trauma - Konflikt - Verdrängung - Symptom

Das sind die vier wichtigsten Phasen bei der Entwicklung einer Neurose.

Es werden drei Arten von **Konflikten** unterschieden. [Appetenz vs. Aversion], d.h. ein Verhalten wird zugleich angestrebt und abgelehnt. [Appetenz vs. Appetenz], d.h. von zwei Handlungsalternativen werden beide angestrebt. [Aversion vs. Aversion], d.h. von zwei Handlungsalternativen werden beide abgelehnt. In diesem Fall entscheidet man sich für das kleinere Übel.

In diesem Zusammenhang muss noch der Begriff „**Komplex**“ erwähnt werden. Darunter versteht man einen Erlebnisinhalt, welcher mit einem starken Affekt besetzt ist und der in seiner Bedeutung subjektiv stark überschätzt wird (z.B. Schuldkomplex, Minderwertigkeitskomplex, usw.). Im Verlauf eines Konfliktes kann es häufig zu solchen Komplexbildungen kommen.

### ***Typische Kennzeichen von neurotischen Störungen:***

- Selbstunsicherheit und hohe innere Anspannung
- labile und oft ambivalente Gefühlsreaktionen (ein Objekt wird mit Liebe und Hass besetzt)
- erhöhte Ängstlichkeit
- gehemmtes und konflikthafte Tribleben
- soziale Beziehungsprobleme
- elementare Lebensbereiche bleiben unterentwickelt (beispielsweise sexuelle Selbstbejahung, zärtliche Hingabefähigkeit, aggressive Spontaneität, usw.)

Dieses Bündel von Merkmalen (Syndrom) kennzeichnet in allgemeiner Weise die **neurotische Persönlichkeitsstruktur**. Neurotiker verwenden einen Großteil ihrer psychischen Energie darauf, nicht annehmbare Triebe umzulenken, zu maskieren und neu zu kanalisieren, um dadurch die Angst zu verringern, so dass nur mehr wenig Energie übrig bleibt für ein produktives Leben und für zufriedenstellende soziale Beziehungen.

### ***Verschiedene Formen von neurotischen Störungen:***

**Die Angstneurose.** Sie ist gekennzeichnet, durch eine nicht auf konkrete Objekte gerichtete, frei flottierende und zuweilen sich bis zur Panikattacke diffus steigende Angst.

**Die Phobie.** Darunter versteht man Furchtzustände vor konkreten Objekten und Situationen. Die Stärke der Furcht ist angesichts der fehlenden oder geringen objektiven Gefährdung unangemessen und irrational. (Klaustrophobie = Angst vor engen Räumen, Agoraphobie = Angst vor großen Plätzen, Zoophobie = Angst vor Tieren, Erythrophobie = Angst vor Erröten, hypochondrische Krankheitsphobien wie Herz-, Krebs-, Bakterien-, und Aids-Phobie).

**Die Zwangsneurose.** Als Zwänge bezeichnet man sich immer wieder aufdrängende, willentlich nicht kontrollierbare Ängste, die sich in Zwangsgedanken und Zwangshandlungen äußern (Zähl-, Ordnungs-, Wasch-, Kontroll-, Sorgezwang, usw.).

**Die Hypochondrie.** Sie ist geprägt durch ängstliche Selbstbeobachtung, unbegründete Krankheitsbefürchtungen und Überbewertung selbst kleinster gesundheitlicher Probleme.

**Die Neurasthenie.** Bei dieser Störung dominieren rasche Ermüdbarkeit, Erschöpfung, Gefühle des Versagens und eine allgemeine Antriebsschwäche.

**Die neurotische Depression.** Darunter versteht man eine reaktive Gefühlsverstimmung, bei welcher die Traurigkeit überwiegt. Ursache sind meistens nicht verarbeitete Verlusterlebnisse.

Die Behandlung von Neurosen ist eine Domäne der Psychotherapie. Je nach psychotherapeutischer Schule werden verschiedene Behandlungsformen propagiert. Im Folgenden soll nur auf die **klassische Psychoanalyse** kurz eingegangen werden. Auf Grund des oben beschriebenen psychodynamischen Konzeptes, besteht das zentrale Anliegen des Therapeuten darin, dem Klienten zur Entdeckung des Zusammenhanges zwischen dem aktuellen Symptom und dem verdrängten Trauma zu verhelfen. Heilung durch bewusste Einsicht. Dabei geht es also um die Rekonstruktion lange verdrängter Inhalte, um das gemeinsame Durcharbeiten dabei entstehender schmerzlicher Gefühle, um die Neuorientierung der Persönlichkeit (ICH-Stärkung). Die emotionale Erleichterung, welche schließlich eine erfolgreiche bewusste Verarbeitung verdrängter Konflikte begleitet, wird als **Katharsis** (Reinigung) bezeichnet.

Die Wege in das Unbewusste sind vielfältig: freie Assoziationen; Hypnose; Analyse der Widerstände; Übertragung und Gegenübertragung; und schließlich die Traumdeutung, welche von Freud als der Königsweg ins Unbewusste bezeichnet wird. Der Grundgedanke der **Traum-analyse** ist, dass dem offenbaren (manifesten) Trauminhalt ein verborgener (latenter) Inhalt zu Grunde liegt. Bei der Traumdeutung wird versucht, aus den Symbolen des manifesten Traumgedankens auf den dahinterliegenden latenten zu schließen und so unbewusste Motive zu erkennen. Der Grund für die Verschiedenheit von latentem und manifestem Trauminhalt liegt darin, dass auch im Traum das ÜBER-ICH und das ICH die unbewussten Triebansprüche des ES zensurieren und maskieren.

Während der Durchführung der Psychoanalyse, welche sich über Jahre erstrecken kann und dementsprechend kostspielig ist, zeigt der Klient zuweilen einen deutlichen **Widerstand** gegen die Offenlegung der verdrängten Inhalte. Die Analyse dieses Widerstandes erweist sich zumeist als therapeutisch sehr aufschlussreich.

Auch die emotionale Reaktion des Klienten, bei welcher er den Therapeuten mit jener Person gleichsetzt, die im Mittelpunkt des verdrängten Konfliktes stand, ist kennzeichnend für den Therapieverlauf (**Übertragung**). Umgekehrt zu dieser Übertragung kann es auch zur **Gegenübertragung** kommen, bei welcher der Therapeut zum Klienten emotional Stellung nimmt, weil dieser einem bedeutenden Menschen seines Privatlebens sehr ähnlich ist. Verabsäumt der Therapeut die Wirkungen von Übertragung und Gegenübertragung rechtzeitig zu erkennen und zu analysieren, so kann sich das nachteilig auf den Therapieerfolg auswirken.

Abschließend kann zusammengefasst werden, dass die klassische Psychotherapie in zwei aufeinanderfolgenden Phasen abläuft: Zuerst geht es um die **Bewusstmachung** des verdrängten Inhaltes und danach um seine **Bewältigung**, um die emotionale und rationale Verarbeitung des Inhaltes. Neben dieser **Heilung durch bewusste Einsicht** haben andere psychotherapeutische Schulen auch andere Therapiemethoden entwickelt.

Trotz der von vielen Seiten gegen sie vorgebrachten kritischen Einwände hatte und hat die Theorie Freuds noch immer einen größeren Einfluss auf das gesamte Kulturleben unserer Gesellschaft als irgendeine andere psychologische Theorie. Was die kopernikanische Wende für das physikalische Weltbild bedeutete, das leistete das psychoanalytische Gedankengut für das moderne Menschenbild mit seinen Abgründen und Möglichkeiten.