

Günter Gösde



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

# Mit dem Unbewussten arbeiten

V&R

Günter Gödde: Mit dem Unbewussten arbeiten



Günter Gödde: Mit dem Unbewussten arbeiten

# PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Herausgegeben von  
Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Günter Gödde

# Mit dem Unbewussten arbeiten

Vandenhoeck & Ruprecht

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.

ISBN 978-3-647-45196-1

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter:  
[www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)

Umschlagabbildung: Paul Klee, Vollmond im Moor, 1938/akg-images

© 2018, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,  
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen  
[www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

# Inhalt

Vorwort zur Reihe .....	7
Vorwort zum Band .....	9
1 Überblick .....	11
2 Das Unbewusste als Grundpfeiler der Psychoanalyse .....	17
2.1 Freuds Psychologie des »dynamisch« Unbewussten .....	18
2.2 Das topische Modell von Bewusstem, Vorbewusstem und Unbewusstem .....	19
2.3 Das Strukturmodell von Es, Ich und Über-Ich .....	20
2.4 Freuds hermeneutische Psychologie »des anderen Sinns«	21
3 Das Unbewusste in der heutigen Pluralität psychodynamischer Therapiekonzepte .....	23
3.1 Das Unbewusste in der Polarität von Einsichts- und Erlebnistherapie .....	24
3.2 Neue Akzentuierungen des Unbewussten in der Objektbeziehungs- und Selbstpsychologie .....	25
3.3 Die Weichenstellung zu einer Konzeption des »intersubjektiv« Unbewussten .....	27
3.4 Die Erweiterung zum »implizit« Unbewussten .....	29
4 Die vertikale, horizontale und resonante Dimension des Unbewussten .....	32
4.1 Polaritäten in der Metapherngeschichte des Unbewussten	33
4.2 Die Fragwürdigkeit der räumlichen Metaphern von Oben und Unten, Tiefe und Innenwelt .....	35

4.3	Der Gegensatz zwischen der horizontalen und vertikalen Dimension des Unbewussten .....	37
4.4	Balance, Rhythmus und Resonanz als Leitmetaphern des »resonant« Unbewussten .....	38
5	Erleben und Erkennen der unbewussten Dynamik in der therapeutischen Beziehung .....	40
5.1	Zusammenspiel von freien Einfällen und gleichschwebender Aufmerksamkeit .....	40
5.2	Übertragung und Gegenübertragung als Erkenntnisinstrumente .....	43
5.3	Szenisches Verstehen .....	45
5.4	Intersubjektive Gestaltung der therapeutischen Beziehung	48
6	Verstehen und Interpretieren unbewusster Prozesse .....	51
6.1	Offenlegung krank machender Geheimnisse .....	51
6.2	Aufdeckende Bearbeitung unbewusster Konflikte .....	54
6.3	Orientierung am unbewussten Modus der Konfliktverarbeitung .....	57
6.4	Strukturelle Dimensionen im Behandlungsfokus .....	60
7	Arbeiten mit dem »kreativ« Unbewussten .....	64
7.1	Der Stellenwert unbewusster Intuitionen .....	65
7.2	Kreative Wege zu neuen Beziehungserfahrungen .....	66
7.3	Kreative Weichenstellungen in Träumen .....	69
7.4	Therapeutisches Arbeiten mit Lieblingsmärchen .....	71
8	Rückblick und Ausblick .....	76
	Literatur .....	80

## Vorwort zur Reihe

Zielsetzung von PSYCHODYNAMIK KOMPAKT ist es, alle psychotherapeutisch Interessierten, die in verschiedenen Settings mit unterschiedlichen Klientengruppen arbeiten, zu aktuellen und wichtigen Fragestellungen anzusprechen. Die Reihe soll Diskussionsgrundlagen liefern, den Forschungsstand aufarbeiten, Therapieerfahrungen vermitteln und neue Konzepte vorstellen: theoretisch fundiert, kurz, bündig und praxistauglich.

Die Psychoanalyse hat nicht nur historisch beeindruckende Modellvorstellungen für das Verständnis und die psychotherapeutische Behandlung von Patienten hervorgebracht. In den letzten Jahren sind neue Entwicklungen hinzugekommen, die klassische Konzepte erweitern, ergänzen und für den therapeutischen Alltag fruchtbar machen. Psychodynamisch denken und handeln ist mehr und mehr in verschiedensten Berufsfeldern gefordert, nicht nur in den klassischen psychotherapeutischen Angeboten. Mit einer schlanken Handreichung von 70 bis 80 Seiten je Band kann sich der Leser schnell und kompetent zu den unterschiedlichen Themen auf den Stand bringen.

Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- *Kernbegriffe und Konzepte* wie zum Beispiel therapeutische Haltung und therapeutische Beziehung, Widerstand und Abwehr, Interventionsformen, Arbeitsbündnis, Übertragung und Gegenübertragung, Trauma, Mitgefühl und Achtsamkeit, Autonomie und Selbstbestimmung, Bindung.
- *Neuere und integrative Konzepte und Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Übertragungsfokussierte Psychotherapie, Schema-

- therapie, Mentalisierungsbasierte Therapie, Traumatherapie, internetbasierte Therapie, Psychotherapie und Pharmakotherapie, Verhaltenstherapie und psychodynamische Ansätze.
- *Störungsbezogene Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Dissoziation und Traumatisierung, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Borderline-Störungen bei Männern, autistische Störungen, ADHS bei Frauen.
  - *Lösungen für Problemsituationen in Behandlungen* wie zum Beispiel bei Beginn und Ende der Therapie, suizidalen Gefährdungen, Schweigen, Verweigern, Agieren, Therapieabbrüchen; Kunst als therapeutisches Medium, Symbolisierung und Kreativität, Umgang mit Grenzen.
  - *Arbeitsfelder jenseits klassischer Settings* wie zum Beispiel Supervision, psychodynamische Beratung, Soziale Arbeit, Arbeit mit Geflüchteten und Migranten, Psychotherapie im Alter, die Arbeit mit Angehörigen, Eltern, Familien, Gruppen, Eltern-Säuglings-Kleinkind-Psychotherapie.
  - *Berufsbild, Effektivität, Evaluation* wie zum Beispiel zentrale Wirkprinzipien psychodynamischer Therapie, psychotherapeutische Identität, Psychotherapieforschung.

Alle Themen werden von ausgewiesenen Expertinnen und Experten bearbeitet. Die Bände enthalten Fallbeispiele und konkrete Umsetzungen für psychodynamisches Arbeiten. Ziel ist es, auch jenseits des therapeutischen Schulendenkens psychodynamische Konzepte verstehbar zu machen, deren Wirkprinzipien und Praxisfelder aufzuzeigen und damit für alle Therapeutinnen und Therapeuten eine gemeinsame Verständnisgrundlage zu schaffen, die den Dialog befördern kann.

*Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke*

## Vorwort zum Band

Das Unbewusste stellt nach wie vor einen der Grundpfeiler der Psychoanalyse dar. Das therapeutische Arbeiten mit dem Unbewussten bildet ein zentrales Element der psychodynamischen Praxis. Ein Blick in die Begriffsgeschichte zeigt die Dialektik auf: Der besonderen Betonung des Bewusstseins in der Aufklärung wurde seit der Romantik das Unbewusste als dunkle Trieb- und Willenskraft entgegengesetzt. Für Freud war die Psychologie des Unbewussten als explizites Gegenmodell zur klassischen Bewusstseinspsychologie angelegt. Das Verhalten wird nicht durch Logik und Vernunft bestimmt, sondern durch die seelischen Tiefenschichten gesteuert.

Der Autor führt den Leser, die Leserin durch eine kurze Geschichte der Begriffe ins Zentrum des psychoanalytischen Denkens. Das dynamisch Unbewusste wird im topischen Modell als Gegensatz zum Bewussten und Vorbewussten gefasst und im Strukturmodell mit den Begriffen Es, Ich und Über-Ich in Beziehung gesetzt. Danach wird das Unbewusste in der heutigen Pluralität psychodynamischer Therapiekonzepte dargestellt: Von den Objektbeziehungstheorien über die Selbstpsychologie zu den intersubjektiven Konzeptionen des Unbewussten spannt sich der Bogen. Aus der Gedächtnisforschung resultiert die Modellbildung des implizit Unbewussten. Auch die Fragwürdigkeit räumlicher Metaphern des »Vertikalen und Horizontalen« wird diskutiert und um Dimensionen der »Resonanz« ergänzt.

Ein wichtiges Kapitel handelt von dem Erleben und Erkennen unbewusster Prozesse in der therapeutischen Beziehung. Neben der Übertragung und Gegenübertragung wirkt das szenische Verstehen als Erkenntnisinstrument. Das Verstehen und Interpretieren unbewusster

Prozesse wird durch erhellende Fallvignetten bereichert. Auch in kreativen Therapieprozessen wird das Unbewusste angesprochen und kann zu neuen Beziehungserfahrungen führen. Träume und Märchen bereichern die intersubjektive therapeutische Arbeit.

Das Konzept eines intersubjektiv Unbewussten führt uns vor Augen, wie »das Beziehungsgeschehen von unbewussten Mechanismen strukturiert wird, die vor allem mit Resonanzphänomenen zu tun haben«. Flüchtige, noch nicht verbal erfassbare Erfahrungen werden im Beziehungsrahmen mit Bedeutungen versehen. Der Begriff des »resonant Unbewussten« bildet so die Therapeut-Patient-Beziehung ab.

Dieses lesenswerte, historisch fundierte und praktisch relevante Buch bringt Klarheit in die begriffliche Verwirrung um eines der wichtigsten Grundthemen der Psychoanalyse: das Unbewusste.

*Inge Seiffge-Krenke und Franz Resch*