

Zur Einführung

Diesem Band als Teil einer Buchreihe mit dem Titel »Psychotherapie kompakt« ist zunächst die vielleicht überraschende Information vorzuschicken, dass es sich bei der Analytischen Psychologie nicht primär um ein psychotherapeutisches Verfahren handelt. Vielmehr haben wir es mit einer traditionsreichen, aber durchaus modernen, vorwiegend geisteswissenschaftlichen Denkrichtung zu tun. Sie hat als einem ihrer Anwendungsbereiche auch ein psychotherapeutisches Verfahren mit verschiedenen theoretischen Grundlagen, deren praktischen Implikationen und daraus abgeleitet auch therapeutischen Einzel-»Techniken« entwickelt. Die Beschäftigung mit dem Unbewussten und das in der Analytischen Psychologie nach wie vor behauptete Ringen um die menschliche *Seele* (die nicht in der Psyche als dem persönlichen Innenraum des Einzelnen aufgeht) machen – auch erkenntnistheoretisch – die respektvolle Anerkennung von Opakem (d. h. nicht vollständig durch eine operationalisierende Definition Bestimmbarem), Unwissbarem und Unverfügbarem notwendig, denn »Die klassischen Nachweise des Unbewussten gehören alle der Kategorie des ›Stolperns‹ an. Das Unbewusste lässt sich nicht logisch beweisen« (Hillman 2016, S. 53). Diese mangelnde exakte Operationalisierbarkeit vieler seiner Kernbegriffe war dem Schweizer Psychiater und Psychologen C. G. Jung (1875–1961) wohl bewusst, wenn er etwa meinte: »Die Sprache, die ich spreche, muss zweideutig bzw. *doppelsinnig* sein, um der psychischen Natur mit ihrem Doppelaspekt gerecht zu werden. Ich strebe bewusst und absichtlich nach dem doppelsinnigen Ausdruck, weil er der Eindeutigkeit überlegen ist und der Natur des Seins entspricht« (Jung 1972, Briefe Bd. II, S. 283f). Den Vertretern der Analytischen Psychologie (aus Lesbarkeitsgründen wird die männliche Form benutzt, in der Hoff-

nung, die weiblichen Leserinnen nicht abzuschrecken) ist sehr wohl bewusst, dass die Begriffe, die sie zur Veranschaulichung ihrer »Landkarte der Seele« (Stein 2000) benutzen, nicht immer auf operationalisierbare Realitäten verweisen und notwendigerweise vorläufig und spekulativ sein müssen. Sich der »psychologischen Differenz« (Giegerich 1994, 2017) zwischen Seelisch-geistigem und Persönlichem stets bewusst, lassen wir für die Konzeption einer Psychotherapie pragmatisch dieses Wissen aber temporär außen vor, nehmen die Konzepte als brauchbare Heuristiken, ja versuchen gar von Zeit zu Zeit, ihnen in objektivierender Forschung auch im Sinne der vorherrschenden positivistischen Wissenschaftlichkeit einen Platz zuzuweisen. Auch wenn Jung selbst nicht müde wurde, sich – in teilweise sogar selbstbeschränkender Manier – als Empiriker zu bezeichnen (wobei der Empiriebegriff im ausgehenden 19. und beginnenden 20. Jahrhundert ein viel breiterer war, als es heute der Fall ist), gilt: Seine Konzepte leiten sich stringent aus der abendländischen Philosophiegeschichte ab und haben ihren Ursprung in der Naturphilosophie, bei den Vorsokratikern, v. a. bei Heraklit (520–460 v. Chr.). Schopenhauer, Nietzsche, Schleiermacher und Klages sind u. a. als als moderne Inspirationsquellen Jungs zu nennen, und ebenso gibt es deutliche Parallelen (wenn auch gleichzeitig einige Unterschiede) zu nicht wenigen Facetten der existenzialistischen Philosophie (die Nähe der jungianisch ausgerichteten Psychotherapie zur Existenziellen Psychotherapie (Yalom 2000) wird auch in diesem Buch an vielen Stellen deutlich werden). Bzgl. moderner philosophischer Strömungen besteht zwischen einigen Grundkonzepten der Analytischen Psychologie und der modernen Philosophie der Lebenskunst (Schmid 2016) eine hohe Affinität. Psychotherapie im Sinne der Analytischen Psychologie stellt sich also dar als eine in einer engen zwischenmenschlichen Beziehung angewandte »Klinische Philosophie« (Yalom 2005, S. 44), und Jung räumt bereits 1925 ein, dass »wir Psychotherapeuten eigentlich Philosophen oder philosophische Ärzte sein sollten oder schon sind, ohne es wahrhaben zu wollen« (Jung 1943, GW16 § 181).

Ein solch umfangreiches, über 100 Jahre altes Lehrgebäude wie das der Analytischen Psychologie in einem schmalen Bändchen zusammenzufassen, stellt sich als nahezu unmögliches Unterfangen dar. Schon allein das ausgedehnte Gesamtwerk, die drei voluminösen Briefbände,

und ein Autobiographie-ähnliches Buch sowie zahlreiche Mitschnitte und Protokolle von Seminaren C. G. Jungs überall auf der Welt machen dies deutlich. Seit der ersten Generation nach Jung wurden dessen Theorien und Konzepte zudem kontinuierlich weiter ausdifferenziert, kommentiert, weiterentwickelt und verändert. Hinzu kommt eine ganze Reihe teilweise recht empfehlenswerter Einführungsliteratur – wie es auch überhaupt anzuraten ist, sich Jung nicht gleich durch das Studium seiner Originalschriften, sondern zunächst über Vermittlung und Erläuterung anzunähern (► Kap. 13). In der BRD, weltweit und besonders in den USA gibt es bis heute eine rege Arbeitstätigkeit um Jungs Werk herum. Da die vorliegende Schrift Teil einer wissenschaftlichen Buchreihe ist, wird auch ein verstärkter Akzent auf den Wissenschaftsfaktor im engeren Sinne gelegt. Dies ist umso wichtiger, als der Analytischen Psychologie immer wieder eine ernsthafte Wissenschaftlichkeit abgesprochen wurde. Um dem entgegenzuwirken, wird zum einen mit Bezügen auf aktuelle psychotherapeutische und psychologische Forschung nicht gespart. Zum andern wird aber immer wieder versucht deutlich zu machen, welcher Art Wissenschaft die Analytische Psychologie zuzurechnen ist, also welche erkenntnistheoretischen Grundlagen sie ausmachen.

Die Analytische Psychologie gehört – wie zahlreiche andere tiefenpsychologische oder humanistische Denkrichtungen – zu den psychologischen und psychotherapeutischen Lehrgebäuden mit einer eindeutigen, charismatischen und wohl auch genialen Gründerfigur. Trotzdem kam es bereits zu Lebzeiten Jungs zu heftigen Diskussionen zwischen ihm und einigen seiner Schülerinnen und Schüler, die seine Ansichten zwar zum eigenen Ausgangspunkt machten, sie aber nicht eins zu eins und unkritisch übernahmen. Rasch entwickelte sich daraus eine fruchtbare Heterogenität auch innerhalb der Analytischen Psychologie. In manchen zentralen Aspekten der Analytischen Psychologie ist Jung heute zwar der historische Vordenker, hat aber nicht mehr das letzte Wort. Das vorliegende Buch geht grundsätzlich von den Gedanken des Gründervaters selbst aus, ergänzt sie aber in vielen Belangen durch die Erkenntnisse der nächsten Generationen. Manche Widersprüche bleiben dabei unerwähnt, insgesamt wird eine eher komplementäre Sicht auf die unterschiedlichen Auffassungen in dem weiten Feld der Analytischen Theorie und Praxologie vertreten.

Um dem riesigen Ausmaß des jungianischen Schaffens wenigstens ansatzweise Rechnung zu tragen, wurden – neben der Notwendigkeit von Zusammenfassungen, Kürzungen und Weglassungen – nach den meisten Hauptkapiteln ein paar möglichst aktuelle Literaturangaben aus dem deutschsprachigen oder angloamerikanischen Raum zum Weiterstudium angefügt. Die Zitate Jungs wurden mit den jeweiligen Jahreszahlen ihres Erscheinens versehen, um eine historische Einordnung zu ermöglichen. Die dadurch im Literaturverzeichnis zusammengetragene stattliche Liste Jung'scher Aufsätze kann daneben einen Überblick über die enorme Breite seines Gesamtwerks verschaffen. Die kursive Schrift in manchen Zitatstellen ist von Jung selbst jeweils so vorgenommen. Bezug ist durchgehend die Studienausgabe der Gesamten Werke aus dem Walter Verlag.

Zum weiteren Studium:

- Kast, V. (2016a) Die Dynamik der Symbole. Grundlagen der Jung'schen Psychotherapie. Ostfildern: Patmos
- Singer, J. (1994) Boundaries of the Soul. The practice of Jung's psychology. New York: Anchor Books
- Stein, M. (2000) C. G. Jungs Landkarte der Seele. Eine Einführung. Ostfildern: Patmos

1 Ursprung und Entwicklung des Verfahrens

Die Analytische Psychologie ist die aus den Werken C. G. Jungs abgeleitete und weiterentwickelte Theorie des Seelenlebens des Menschen mit ihren vielfältigen Anwendungen. ›Jungianisch‹ meint in diesem Zusammenhang ebenfalls das Gebiet der Analytischen Psychologie, das sich allerdings nicht mehr nur auf Jungs umfangreiches Gesamtwerk, sondern auf dessen Fortschreibung v. a. in den Sozial- und Geisteswissenschaften bezieht. Der seltener benutzte Terminus der ›Komplexen Psychologie‹ stammt ebenfalls von Jung und meint das Gleiche. Im deutschsprachigen Raum finden wir schließlich auch noch die Bezeichnung ›Psychoanalyse nach C. G. Jung‹. Auch der Terminus ›Tiefenpsychologie nach C. G. Jung‹ ist gebräuchlich (z. B. Kast 2014c), wie überhaupt außerhalb Deutschlands der Begriff Tiefenpsychologie oft eher mit Jung als mit Sigmund Freud in Verbindung gebracht wird, während es in Deutschland die ›Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie‹ als verwaltungstechnischen Begriff des Krankenkassenwesens gibt.

C. G. Jung wurde 1875 (dem Geburtsjahr u. a. auch von Rainer Maria Rilke und Thomas Mann) in Kesswil, einem kleinen Ort am Bodensee im Schweizer Kanton Thurgau als Pfarrerssohn geboren. Nach durchaus konflikthafter Kindheit und Jugend studierte er in Basel Medizin und wählte als Kompromiss zwischen seinen medizinischen und philosophischen Interessen die Psychiatrie als sein Fachgebiet. Um 1900 wurde er Assistent des damals wahrscheinlich einflussreichsten Psychiaters Eugen Bleuler. Jung kannte wohl sämtliche Werke Sigmund Freuds, zu einer persönlichen Kontaktaufnahme kam es allerdings erst 1906, als Jung schon zentrale Konzepte seiner Psychologie in ihren Grundzügen entworfen hatte. Freud war zunächst von seinem

jungen Kollegen begeistert und Jung sah in Freud einen väterlichen Mentor. Von 1910 bis 1914 war Jung Präsident der Internationalen Psychoanalytischen Vereinigung, der Bruch mit Freud erfolgte allerdings bereits 1912 mit der ersten umfassenden Darstellung seiner eigenen psychologischen Gedankenwelt (Wandlungen und Symbole der Libido). Die darin enthaltene Kritik an Kernkonzepten Freuds wie etwa der Libidotheorie, aber auch persönliche Unvereinbarkeiten der beiden Männer führten 1913 zur endgültigen Aufgabe der persönlichen und fachlichen Beziehungen.

Um die Entstehungsgeschichte der Analytischen Psychologie zu skizzieren, genügt es nicht, die Darstellungen ihres Begründers C. G. Jung nachzuzeichnen. Auch wenn Jungs Biographie und die Konzeption seiner zentralen Entdeckungen eng miteinander verwoben sind (Bair 2005) gilt doch: Zahlreiche grundlegende Konzepte wurden bei genauerer Betrachtung nicht von Jung »erfunden«, sondern von ihm vielmehr in den geistesgeschichtlichen Strömungen vorwiegend Europas und Asiens entdeckt und (tiefen-)psychologisch aufgearbeitet. Mindestens vier Entwicklungsstränge sind zu berücksichtigen, um eine adäquate Einordnung der Geschichte der Analytischen Psychologie vornehmen zu können. Es sind dies:

- der geistesgeschichtliche,
- der philosophische,
- der psychologisch-psychoanalytische sowie schließlich
- der psychiatrisch-naturwissenschaftliche Zugang.

Dabei ist Letzterer in Jungs Werdegang als anfänglich und vorübergehend zu bezeichnen.

1904 veröffentlichte C. G. Jung, damals Oberarzt in der psychiatrischen Klinik von Eugen Bleuler (1857–1939), zusammen mit seinem damaligen psychiatrischen Assistenten Franz Beda Riklin (1878–1938) erstmals über das sog. »Assoziationsexperiment«, eine experimentalpsychologische Methode, die psychologiegeschichtlich bis zu solch großen Namen wie Francis Galton, Wilhelm Wundt oder Emil Kraepelin im 19. Jahrhundert zurückzuverfolgen ist (Jung und Riklin 1904, GW2). Das inzwischen als Wortassoziationstest (WAT) bezeichnete

Vorgehen steht bis heute Pate für zahlreiche psychometrische Testverfahren und aktuelle Forschungen zeigen seine Position im Kanon moderner klinischer (Test-)Diagnostik (v. Uffelen 2017). Es besteht aus (in der jungianischen Form 100) Reizwörtern, zu denen spontan Assoziationen erfolgen sollen. Diese werden inhaltlich, bzgl. zusätzlicher Störungsmerkmale und anhand der Reaktionszeit notiert und psychophysiologische Begleitparameter werden u.U. zusätzlich gemessen. In einem zweiten Durchgang wird dann die Übereinstimmung mit den ersten Antworten betrachtet. Das Experiment, das zunächst in gut psychologischer Manier an gesunden Probanden erprobt wurde, diente Jung zum experimentellen Nachweis der Verdrängungshypothese der Psychoanalyse, v. a. aber zum Auffinden sog. intrapsychischer ›Komplexe‹ (s. u.) und ist als erster experimenteller Beitrag zu einer »Empirie des Unbewussten« (Meier 1994) zu betrachten. Die Hypothese dazu ist, dass, wenn ein ansonsten unverfängliches, alltägliches Wort (Kopf, grün, Wasser, Stechen) einen solchen Komplex aktiviert, sich dies in einer verlängerten Reaktionszeit und psychovegetativen Veränderungen äußert. Der Wortassoziationstest ist von jungianischen Wissenschaftlern gut beforscht (Schlegel und Zeier 1982), wird an jungianischen Ausbildungsinstituten bis heute gelehrt und findet immer noch Anwendung in forscherschen und therapeutischen Zusammenhängen (Kast 1999). Für Jung bedeuteten seine Veröffentlichungen zum Assoziationsexperiment erste wissenschaftliche Anerkennungen und internationales Renommee, was etwa seine Einladung zu einer Vorlesung zum Assoziations-Thema an die Clark University in den USA bereits im Jahre 1909 aufzeigt.

Trotz dieses auch im heutigen, streng-empirischen Sinn gültigen ersten Forschungsansatzes Jungs hat die Analytische Psychologie in der akademischen Psychologie – mit wenigen, an Einzelpersonen gebundene Ausnahmen – keinen Platz gefunden und wird dort heute allenfalls noch im historischen Kontext oder als Fußnote erwähnt. Anders ist das in vielen anderen universitären Fakultäten, wo die Konzepte Jungs und seiner Nachfolger von maßgeblichen Vertretern des jeweiligen Faches, etwa in der heutigen Germanistik (Bishop 2009), der Philosophie (z. B. Hauke 2003), der Kunstwissenschaft (z. B. Madden 2016) oder auch der Medizin (z. B. Frick 2009) rezipiert und weiterentwickelt werden.

Exkurs: C. G. Jung und der Nationalsozialismus

Seltener werdend, aber noch immer anzutreffen ist die skeptische Betrachtung des Werks C. G. Jungs mit der Begründung seiner vermeintlichen Nähe zum Nationalsozialismus. Tatsächlich gibt es um die Zeit der nationalsozialistischen Machtergreifung herum einige schriftliche und mündliche Aussagen Jungs, die sich auf unentschuld bare Art und Weise nationalsozialistischer Gedanken annähern. Gleichzeitig scheint Jung auch nicht gesehen zu haben, dass seine Psychologie, wie alle anderen großen Denkgebäude auch, einer politischen Instrumentalisierung ausgesetzt werden könnte. Spätestens seit 1936 distanzierte sich Jung schließlich von den Nationalsozialisten, 1939 wurden seine Schriften ebenfalls auf die ›Liste des schädlichen und unerwünschten Schrifttums‹ der verbotenen Bücher gesetzt. Jung war, das zeigen die inzwischen umfangreichen historischen und biographischen Studien, sicher kein Nazi oder Antisemit. Dies wird nicht zuletzt in den Auseinandersetzungen mit seinen engen jüdischstämmigen Mitarbeitern Aniela Jaffé (1903–1991) und Erich Neumann (1905–1960) deutlich. Trotzdem bleiben seine Äußerungen aus dieser Zeit und auch sein späterer Umgang mit denselben (eine förmliche Entschuldigung blieb aus) ein Stachel in der Befassung mit seiner Theorie. Umgekehrt führte Jungs Verhalten in der analytisch-psychologischen Community aber auch zu einer im Vergleich zu vielen anderen psychologischen Denkschulen äußerst differenzierten und sich immer weiterentwickelnden Auseinandersetzung mit den historischen Bedingtheiten des gesamten analytischen Denkgebäudes, zur beständigen Reflexion der Beziehung zwischen Werk und Autor und zu einer besonderen Sensibilität bzgl. ihrer Missbrauchsmöglichkeiten (vgl. z. B. Metzner und Lesmeister 2001). In jüngerer Zeit gehört dazu auf internationaler Ebene auch die sensible Beachtung der aus dem Ende des 19. Jahrhunderts stammenden Sprache des Gründungsvaters, besonders wenn es um seine Ansichten bzgl. farbiger und indigener Bevölkerungsgruppen ging, die heute den Zugang zur Analytischen Psychologie erschweren können.

Die Analytische Psychologie in ihrer heutigen internationalen Aufstellung ist nicht ein homogenes Gebilde. Vielmehr gibt es, wie in anderen altehrwürdigen psychologischen Traditionen, so etwas wie theoretische ›Schulrichtungen‹, wenn diese auch, etwa im Vergleich zu manchen Kontroversen innerhalb der Freud’schen Community, weitgehend friedlich-koexistent nebeneinanderstehen und eher Schwerpunktsetzungen des theoretischen Interesses sind. Im Allgemeinen werden diese Orientierungen in eine Archetypische Psychologie, eine Entwicklungspsychologische Psychologie, in eine Klassische Psychologie und bisweilen noch in eine Übertragungsorientierte Psychologie unterteilt (z. B. Polly-Eisendrath und Dawson 1997). Eine aktuelle Entwicklung ausgehend von Grundsatzschriften C. G. Jungs, der »Archetypischen Psychologie« von James Hillman und v. a. dem international renommierten Berliner Psychoanalytiker Wolfgang Giegerich formuliert, in der Weiterführung des Jung’schen Schwerpunkts der Arbeit an und in der ›Inneren Welt‹, das Wesen der (Analytischen) Psychologie als »Disziplin der Innerlichkeit« (Sandovall und Knapp 2017). Sie stellt sozusagen das ›radikalste‹ Verständnis und die ›radikalste‹ Weiterentwicklung Jungs dar. Psychologie und Psychotherapie, verstanden als »die nach innen gerichtete Suche entlang einer vertikalen Achse, eine ›Innenforschung‹ anstelle einer Erforschung von äußerem, historischem und horizontalem Geschehen« (Hillman 2016, S. 8), ermöglicht der Analytischen Psychologie ein aus sich selbst heraus entwickeltes, genuines Verständnis von Psychologie und Psychotherapie neben den Entwicklungen in Natur- und Geisteswissenschaft und Philosophie.

Zum weiteren Studium:

- Bishop, P. (2014) Carl Jung. London: Reaction Books
- Evers, T. (1987) Mythos und Wirklichkeit. Eine kritische Annäherung an C. G. Jung. Hannover: Junius Verlag
- Jaffé, A. (Hg.) (1968) Aus Leben und Werkstatt von C.G. Jung. Zürich: Rascher.
- Metzner, E., Lesmeister, R. (2001) »Der neue Mensch«. C. G. Jungs Denken im Spannungsfeld esoterischer Erneuerungsideen und faschistischer Ideologie. Anal. Psychol. 32/2, S. 138–157

- Sandovall, J.M., Knapp, J.C. (Hg.) (2017) *Psychology as the Discipline of Interiority*. London: Routledge
- v. d. Tann, M., Erlenmeyer, A. (1993) *C. G. Jung und der Nationalsozialismus. Texte und Daten*, im Auftrag der Dt. Ges. f. Anal. Psychol., erweiterte Auflage.