

Dr. Horst Kämpfer
kaempfer@iworld.de

Wie kommt die Seele in das Kind?

Oder: Von der Psyche.

Vortrag in der Nacht des Wissens in Hamburg, 2011

„Da bildete Gott den Menschen aus Erde vom Acker und blies in seine Nase Lebensatem. Da wurde der Mensch ein atmendes Leben“ (Gen 1.7). Peter Sloterdijk nennt diese kleine Szene „Inspiration“, was übersetzt „Einhauchung“ bedeutet. Und er führt den biblischen Text weiter und sagt, ab der ersten Einhauchung atmet es sich zu zweit – es ist gleichsam **ein beständiges Geben und Nehmen von Lebendigem**.

Sie werden sich vielleicht fragen, was dieser Vers aus der hebräischen Bibel und die Interpretation eines Philosophen mit der Psyche, der Psychologie oder der Psychoanalyse zu tun hat?

Nun: Das griechische Wort Psyche meint übersetzt „Atem, Leben, Seele oder Gemüt“. Man könnte sagen, das Altertum hatte schon etwas verstanden, was wir heute neu zu verstehen beginnen. Die Entwicklung der Psyche beginnt mit Einhauchungsvorgängen. Was kann man sich darunter vorstellen?

Und ich wähle noch einmal ein biblisches Bild für den Vorgang der Einhauchung: Die Texte, welche die Taufe begleiten, machen das deutlich. Zunächst steht da der fundamentale Satz: Dies ist mein geliebtes Kind, an dem ich Wohlgefallen habe. Dieser Satz, den man Gott zuschreibt, sollte der Begrüßungssatz für jedes Neugeborene auf dieser Welt sein. Wenn man aber diesen Satz ebenso den Eltern wie eben auch Gott zuschreibt, will man damit betonen, dass dieses Kind (gewissermaßen) ein Gotteskind ist, und das bedeutet, es gehört nicht den Eltern, es ist nicht ihr Besitz, sondern: Es ist ein ganz eigenes Wesen, ein schon eigenes Subjekt. Du bist geliebt und du bist ganz eigen, ist, oder sagen wir besser sollte, der Inhalt der ersten Behauchung sein als Grundlage der Psyche.

Die Weiterentwicklung der nun wechselseitigen Inspiration ist ein Prozess wechselseitigen, emotionalen Austausches. Dieser Austausch gründet sich in emotionaler Bezogenheit und in sich immer stärker entwickelnder wechselseitiger Einfühlung:

In Liebe, Sorge und Beachtung der Eigenheit auf der einen und in Bedürftigkeit, Abhängigkeit und Lebenswille auf der anderen Seite.

Dieses wechselseitige „Miteinandersein“ zeigt sich in Versorgung, in Blicken, Gesten, Tönen, Spielen, Sprache und Zärtlichkeiten. Das dabei Wichtige ist nicht so sehr das richtige Tun, sondern die richtige Haltung und Bezogenheit.

Dass es hier wirklich um einen wechselseitigen Austauschprozess geht, also dass auch in der Mutter etwas geschieht, kann man wohl am ehesten daran erkennen, dass eine Frau, die zur Mutter wird, nicht dieselbe bleibt; Mutter ist eine neue Identität. Vielleicht gilt das sogar auch für Männer, die zu Vätern werden.

Nun hab ich den ersten wechselseitigen Austauschprozess gewissermaßen idealtypisch beschrieben; aber natürlich wissen wir alle, dass es neben wohltuenden Erfahrungen eben auch schwierige und konflikthafte gibt, die ebenso eingeatmet werden.

Kurzer Hinweis auf Süskind: Das Parfüm.

Diesen Austauschprozess hat man auch „psychisches Atmen“ genannt; die Psychoanalyse hat schließlich die wissenschaftlichen Begriffe Projektion und Introjektion dafür gefunden, was ihr schließlich ermöglichte, diese hoch differenzierten Wechselprozesse genauer zu beschreiben.

Der Begriff psychisches Atmen – also Introjektion und Projektion – macht deutlich, dass alle Erfahrungen – gute wie schlechte - eben wie der Atem, nach innen gehen, sich in dem Neugeborenen niederschlagen, sie wesentlich in dem Mandelkern unseres Gehirns gespeichert werden. Dabei darf man sich nicht vorstellen, dass Erfahrungen wie auf einer Festplatte im Computer gespeichert werden, vielmehr unterliegt jede Erfahrung einer ganz persönlichen Modulation, einer persönlichen Verarbeitung. Weil das so ist, möge man sich hüten vor allzu schnellen Schlüssen nach dem Motto: Immer wenn jemand dies oder jenes erlebt hat, dann kommt diese oder jene Schwierigkeit oder Persönlichkeit heraus, so wie es in einer Populärpsychologie so gern getan wird.

Gerade die mehr und mehr bekannt werdende Resilienzforschung macht uns darauf aufmerksam, mit welchen Kräften, Kompetenzen und Begabungen Kinder ausgestattet sind, um Defizite in ihrer Entwicklungsgeschichte zu kompensieren. Resilienz bezeichnet die psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken. Säuglinge kommen mit einer enormen Ausstattung auf die Welt – und selbst wenn die primäre Familiensituation extrem desolat war, sind manche Kinder in der Lage, sich andere menschliche wie kulturelle Objekte zu suchen, mit denen sie traumatisches kompensieren können. Auch aus diesem Grunde ist Vorsicht gegenüber allen schnellen „Wenn –Dann – Formulierungen“ geboten.

Zurück zum psychischen Atmen: Der zuvor beschriebene Austauschprozess ist uns nicht bewusst, niemand hat eine Erinnerung an seine ersten Lebensjahre. Sie sind, wie man sagt, verdrängt und unbewusst. Und doch bestimmen diese modulierten Niederschläge von Erfahrungen, also das Verdrängte, unser Denken, Fühlen und Verhalten in der Welt und somit auch die jeweils neuen Wahrnehmungen und Erfahrungen.

Wir wollen hier nicht verschweigen, dass es auch Unbewusstes gibt, das *nicht* verdrängt ist. So weiß man heute, dass z.B. die Art des „Miteinanderseins“ aus unserer frühesten Zeit in uns eine Suche nach ähnlichen Formen des „Miteinanderseins“ grundgelegt hat. Diese *psychische Matrix* nennt man das „ungedachte Bekannte“ – wir erinnern uns nicht, können es nicht denken, und doch ist es uns bekannt, vertraut und macht uns, wenn wir eine annähernde Erfahrung mit Menschen oder auch der Kunst, der Musik oder Religion machen, zufrieden, vorsichtig, schauernd, ängstlich oder neugierig oder auch glücklich. Wir alle suchen also aufgrund erlebter und verschiedener Formen des frühen „Miteinanderseins“ nach ähnlichen Formen in der aktuellen Lebenszeit.

Etwas vergrößert ließe sich sagen, man sucht die gut erlebten Formen auf, um sich gut zu fühlen, die schlecht erlebten, um sie letztlich zu bearbeiten. Die psychoanalytische Therapie macht sich schließlich diese Tatsache zu nutze. Sie versucht in den Formen des therapeutischen Miteinanderseins die frühen Formen wieder zu beleben, zu entdecken und diesem „ungedachten Bekannten“ Sprache und Ausdruck zu verleihen.

Aus der wechselseitigen Inspiration oder Beatmung und aus den frühen Formen des Miteinanderseins entwickelt sich also im geistigen Innenleben des Kindes das, was wir

die Psyche, die psychische Realität oder auch die Seele nennen. Dabei erscheint uns die Psyche wie ein Eisberg - das Meiste davon ist unter Wasser, ist unbewusst. Vor gut 100 Jahren war Sigmund Freud auf dieses Phänomen von bw. und nicht bewusst aufmerksam geworden und hat daher die menschliche Psyche in einen bewussten und in einen unbewussten Teil unterschieden. Man kann das leicht nachvollziehen: Angst z.B. ist häufig bewusst, auch das Objekt der Angst ist uns häufig bewusst, also etwa eine Spinne. Aber warum hat man vor einer Spinne Angst? Für unser vernünftiges Bewusstsein ist die Angst vor einer winzigen Spinne völlig unerklärlich und unsinnig. Es muss also eine Ursache für diese Angst geben, die dem Bewusstsein entzogen, aber offensichtlich außerordentlich wirkungsvoll ist.

Nun scheint es mir wichtig, Sie auf etwas aufmerksam zu machen, was Sie vielleicht schon bei diesen ersten Sätzen geahnt haben: Was die Psyche in ihrer Gesamtheit *ist*, kann man gar nicht sagen. Sie ist nicht sichtbar, sie ist keine ausgedehnte Masse, die wir messen können, sie ist uns eben größtenteils verborgen: Ein „*humanum absconditum*“, ein zutiefst Menschliches, das dem Menschen weitgehend verborgen ist. Daher können wir nur in Bildern von ihr sprechen, wie etwa Lebensatem. Aber, wir spüren, wir erleben ihre Wirkungen, wie etwa in der genannten Spinnenphobie und natürlich nicht zuletzt in unseren Träumen und können daher nicht nur auf ihr reales Vorhandensein schließen, sondern Ideen und Hypothesen über ihre Arbeitsweise entwickeln.

Dies gehört nun zu den genialen Erkenntnissen Freuds: Die Psyche arbeitet, sie versucht Schmerz und Unlust zu vermeiden, Ausgleiche zu finden, indem sie innere Konflikte moderiert, sie versucht, unseren Schlaf zu schützen, uns ein Gefühl von uns selbst zu vermitteln.

Wie kann man sich die Arbeitsweise der Psyche/der Seele vorstellen? Hier greife ich nun wieder auf den Anfang zurück: Es atmet zu zweit. Dieses „zu zweit“ meint nicht die Zahl zwei. In der bildhaften Sprache des Philosophen Sloterdijk klingt das gemeinte so: Der Empfänger der Inspiration behält eine Ahnung davon, dass er gewissermaßen Besucher von anderswo in seinem Denken beherbergt hat. Sloterdijk spricht von einer Grotte, in der für das Selbst und die assoziierten Geister auf Lebenszeit gemeinsam Platz sein wird.

Das heißt in unsere normale Sprache übertragen, dass unsere wichtigsten Bezugspersonen in uns einen Platz haben, sie sind lebendig in uns, ganz gleich, ob wir uns an alle Erfahrungen mit ihnen erinnern oder nicht. Die Psychoanalyse spricht von Objektrepräsentanzen – die bedeutsamen Anderen in unserem Leben sind in uns repräsentiert. Wiederum sind es nicht einfach Abbilder der realen, äußeren Personen, sondern es sind unsere modifizierten Erfahrungen mit ihnen, die gleichsam unser Inneres mitbewohnen. So ist z.B. die Mutter in Geschwistern nicht dieselbe, obwohl es um die gleiche Mutter geht. Jeder Mensch hat seine ganz eigenen Erfahrungen mit seinen bedeutsamen Anderen.

Innerlich ist man also in einem ständigen Gespräch, Dialog oder Auseinandersetzung mit den inneren Objekten. Teile davon sind uns sogar bewusst. Man erinnert sich: So war mein Vater mit mir, meine Mutter, meine Geschwister usw. Aber vieles dieser wechselseitigen Erfahrungen wurde auch verdrängt, sei es, weil es in den frühen Jahren geschehen ist – man sagt, weil es vor unserer Erinnerungsschranke liegt – oder sei es, weil die Erfahrung mit zu komplexen, schwierigen oder schmerzhaften Gefühlen verbunden war. So kann es sein, dass wir zwar noch ein schwieriges Ereignis, eine schwierige Erfahrung erinnern, aber die Affekte und Gefühle uns nicht mehr zugänglich sind, man hat sie ver-

drängt. Damit ist nun auch ausgesagt, dass Affekte und Gefühle an Erfahrungen gebunden sind und Erfahrungen stets von Affekten und Gefühlen begleitet.

Mit dem Wort Verdrängung ist ein Schlüsselwort der Psychoanalyse benannt. Verdrängt heißt aber nun keineswegs weg, ausgelöscht. Vielmehr bleibt es in unserem Unbewussten lebendig und – und das ist das gewissermaßen Unheimliche – es mischt sich in unser Alltagsleben ein, ohne dass wir es merken. Wir merken es erst, wenn es sich in sogenannten Fehlleistungen oder Symptomen zeigt. Plötzlich vergisst man Sachen, verdreht Wörter, man hat eine Dauerangst krank zu sein, man fühlt sich niedergeschlagen und mag gar nicht mehr aufstehen, das Kind macht wieder ins Bett oder kann nicht allein sein, man bekommt körperliche Beschwerden, die keinen somatischen Befund haben oder man wird gequält von Ordnungs-, Zähl-, Grübel- oder Sauberkeitszwängen usw. Das Unbewusste erscheint in unserem Alltag zunächst wie etwas Unbekanntes und Fremdes, als würde es nicht zu uns gehören und stören. Und stört es, empfindet man Leid.

Die Psyche, die Seele arbeitet und hat ein unangenehmes Resultat hervorgebracht. Wie passiert so etwas? Alles Verdrängte, so hat Freud herausgefunden, hat gewissermaßen den Drang, aus dem Untergrund an die Oberfläche zu kommen.

Da gab es vielleicht mal eine Erfahrung mit Verlassenwerden. Die Eltern hatten auf die Angst des Kindes, allein zu sein, nicht reagiert, haben sein Weinen ignoriert oder waren einfach weggefahren. Das Kind wurde überflutet von der Angst, der Verzweiflung und vielleicht auch der Wut. Nun, schon erwachsen, erinnert sich dieser Mensch vielleicht noch daran, dass er als Kind häufig allein war, aber nicht mehr an die furchtbaren Gefühle, die sind verdrängt. In den Beziehungen, die er nun als Erwachsener eingeht, zeigt sich, dass er oder sie immer genau wissen muss, wo sein Partner sich aufhält, was er macht, wann er wiederkommt. Es ist, als dürfte der Andere keinen Schritt tun, den der Zurückbleibende nicht unter Kontrolle hat. Gefragt, warum er/sie das so tut, antwortet dieser Mensch, dass es doch ein Ausdruck von Verrauen sei, dass man voneinander immer alles wisse. Die Beziehung kann durch diesen Kontrollzwang unter Druck geraten, es entsteht Leid.

Wenn sie dieses kleine, von mir sehr vereinfachte, Beispiel hören, ahnen sie vielleicht schon die Zusammenhänge. In der Psyche ist etwas geschehen, eine Arbeit wurde geleistet, die für das Individuum selbst einen Sinn macht, auch wenn es darunter leidet.

Wie sieht die Arbeit aus?

Das ursprüngliche Gefühl der Überflutung von Angst, Wut oder Verzweiflung wurde verdrängt. Das Verdrängte drängt aber wieder zur Oberfläche. Aber es ist so furchtbar, dass das Selbst immer noch annimmt, diese Wucht nicht ertragen zu können. Nun hilft sich die Psyche durch einen Trick, das Ursprüngliche, so kann man sagen, wird nur in „Verkleidung“ zugelassen, so geschieht es im Traum; Bilder und Geschichten, die wir so zunächst nicht recht verstehen können. Und es gibt noch eine weitere Möglichkeit, denn auch das Symptom – wie etwa der Kontrollzwang ist eine solche Verkleidung: Die Person reagiert z.B. so, als könnte die ursprüngliche Gefahr nach wie vor auftreten und versucht das auf jeden Fall zu vermeiden. Der ubw Satz könnte lauten: Nie wieder will ich mich so allein und verloren fühlen wie damals, und das geht nur, indem ich den Anderen unter Kontrolle habe.

Dies, um es gleich anzuschließen, sind längst nicht alle Möglichkeiten, die die Seele zur Verarbeitung schwieriger Erfahrungen hat. Sie aufzuzählen und zu beschreiben hieße, Ihnen ein ganzes Lehrbuch vorzutragen.

Die Erfahrungen, die wir im Laufe des Lebens machen, werden verinnerlicht, eingeatmet oder auch gefressen, so wie man manche zum Fressen gern hat. Diese Erfahrungen sind verantwortlich für den Aufbau unterschiedlicher innerer Instanzen und neue Erfahrungen werden zugleich wiederum diesen zugeordnet.

Diese Instanzen nennt die Psa. : Ich, Es und Über-Ich. Das Es ist insgesamt unbewusst, da es wesentlich aus dem Verdrängten besteht. Die Arbeit der Verdrängung wird vom Ich geleistet, aber wenn wir verdrängen, tun wir das niemals bewusst. Das heißt ein Teil des Ichs, das ansonsten unsere Verbindung zur Außenwelt herstellt, ist ebenfalls unbewusst. Auch unser Gewissen und unser Ich-Ideal - beide bilden das Über-Ich - sind uns nicht immer bewusst. So können wir Schuldgefühle haben und wissen doch nicht genau, warum. Man sagt, die Psychoanalyse sei eine Konfliktpsychologie, denn man geht davon aus, dass diese drei Instanzen beständig miteinander zu ringen haben. Das Ich versucht, Triebimpulse des Es mit den Anforderungen des Über-Ichs und den Anforderungen der Außenwelt in Einklang zu bringen. Gelingt dies nicht, so muss erneut verdrängt werden und/oder es kommt zu eigenwilligen Verkleidungen oder Kompromissformen, die man dann Symptome nennt.

Ich hoffe, Ihnen verstehbar gemacht zu haben, dass die Psyche eine mit anderen bewohnte, erfahrungsgeladene Innenwelt ist, die wir nur durch ihre Auswirkungen erkennen können. Stimmungen, Träume, Fehlleistungen, Beziehungsgestaltungen oder Symptome geben die Hinweise, was alles auf der inneren Bühne, die dem Bewusstsein nicht leicht zugänglich ist, geschieht.

Die Psychoanalyse, in ihrer Theorie wie ihrer Praxis, hat kein anderes Ziel, als diesen unbewussten Arbeitsprozessen der Psyche auf die Spur zu kommen, sie bewusst zu machen und somit aus fremd- und selbstverschuldeter Unmündigkeit und dem Leid zu befreien.