

Weg zur Introspektionsfähigkeit

Fachvortrag von A. Gerlach

Viele Lernziele werden bei der Supervisionsvergabe direkt und konkret benannt. Dabei ist es eher selten, dass der Wunsch nach Verbesserung der Reflexion/Introspektion allein den Anlass zur Supervision gibt.

Die Erweiterung der Introspektionsfähigkeit aber ist aus meiner Sicht die wichtigste Aufgabe in der Supervision, und sie ist für mich auch der interessanteste Punkt in der Arbeit mit Supervisanden.

- Was beinhaltet Introspektionsfähigkeit?
- Wie entwickelt sich Introspektionsfähigkeit?
- Welche Voraussetzungen müssen vorhanden sein, damit sich Introspektionsfähigkeit entwickelt?

Mit Hilfe der Introspektion erlangen wir einen Zugang zu unseren Gefühlen und Affekten. In der deutschen Sprache werden die beiden Ausdrücke *Gefühl* und *Affekt* synonym gebraucht, in anderen Sprachen und Kulturen unterscheiden sich die Verwendungen dagegen teilweise erheblich.

Wir verstehen unter Affekten vitale Reaktionsmöglichkeiten, die in ihrem heftigen, zeitlich aber kurzen Ablauf von einem physiologischen Erregungszustand begleitet sind.

Vor einem entwicklungspsychologischen Hintergrund verstehen wir Affekte als wichtige innerseelische und körperliche Zustandsveränderungen, die kognitive Inhaltsdimension besitzen und sich in erster Linie über eine sozialkommunikative Funktion erschließen. Dieser Inhaltsaspekt ist für die Person erst nach Erreichen einer selbstreflexiven Entwicklungsstufe/Introspektion subjektiv bedeutsam, wenngleich meist erst nach Ablaufen des Affektgeschehens erfaßbar. Dies ist im präverbalen Entwicklungsabschnitt für das Kind nur unter Einschränkungen möglich.

André Green hat sich in einer Veröffentlichung im Jahr 1979 intensiv mit den Trieben und den Affekten auseinandergesetzt.

„In der Analyse gibt es kein günstiges Ergebnis ohne Affekt-Änderung“ (André Green, 2011, Seite 682).

Im Weiteren beschreibt er die theoretischen Schwierigkeiten, sich über den Affekt zu äußern und sich auf eine allgemein anerkannte Affekttheorie zu verständigen. „Es ist schwierig, über etwas zu sprechen, das seinem Wesen nach nur partiell mitteilbar ist - und das gilt häufig für die Affekte, häufiger jedenfalls als für jedes andere Phänomen, das wir in der Psychoanalyse beobachten. [...] In jedem Falle aber stellt der Affekt eine Herausforderung für das Denken dar.“ (André Green, 2011, Seite 683). In seinen weiteren Ausführungen bezieht er sich insbesondere auf Sigmund Freud, der aus seiner Sicht den Affekt folgendermaßen definierte:

1. „Der Affekt ist ein (Energie-) Quantum, das die Ereignisse des psychischen Lebens begleitet. Er ist mehr oder weniger der elektrischen Ladung eines Nervenimpulses vergleichbar.“
2. „Das Ich, jener Teil des psychischen Apparats, der als homöostatischer „Bindungsfaktor“ mit gleichbleibender Besetzung dient, hat die Aufgabe, allzu große Schwankungen im psychischen Leben durch Senkung des Affektbetrags auszugleichen, wenn dieser für die

Organisation des psychischen Lebens, die durch optimale Mobilität der Besetzungen gesichert wird, bedrohlich erscheint.“

3. „Um seine Funktion zu erfüllen, stehen dem Ich zwei Wege offen: Die Motorik, d.h. der Verbrauch des Affektbetrags durch Abfuhr (spezifische Aktion), und die Bindung durch Assoziationsarbeit. Die psychische Assoziationsfähigkeit ist ein Mittel, um den Affektbetrag zu binden, aufzuteilen und zu verteilen, indem er zerlegt und in kleineren Affektbeträgen auf eine Gruppe untereinander verbundener Vorstellungen übertragen wird.“ (André Green, 2011, Seite 113)

Dieses Zerlegen und Aufteilen in kleinere Affektbeträge ist nichts anderes als eine Beschreibung dessen, was bei der Introspektion bzw. Reflektion geschieht.

Wie dies genau intrapsychisch gestaltet wird, werde ich in den nächsten Abschnitten näher darstellen. Zunächst möchte ich noch einmal genauer beschreiben, was Introspektion ist und wozu wir diese dringend benötigen.

Die Introspektion ist die Fähigkeit, eigene Selbstwahrnehmung zu erlangen.

Wir verstehen in der Regel Introspektionsfähigkeit als einen selbstreflexiven Prozess, der uns befähigt, unsere intrapsychischen Gefühle und Gedanken wahrzunehmen.

Die Introspektionsfähigkeit ist unverzichtbar, um den Realitätsinn zu schärfen, sie ist eine wichtige Voraussetzung, um den verschiedenen Anforderungen des Lebens gerecht zu werden und in vielen Situationen notwendig, um spontan zu reagieren.

Introspektionsfähigkeit ist ein hoch komplexer intrapsychischer Vorgang, den ich Ihnen heute näherbringen und dabei in kleine Schritte unterteilen möchte, damit verstanden werden kann, was wir alles leisten, wenn wir uns selbst reflektieren. Im nächsten Abschnitt werde ich mich zunächst mit der Projektion und anschließend mit der projektiven Identifikation beschäftigen. Beide Vorgänge sind Voraussetzung zur Erlangung der Introspektion.

Sigmund Freud hat sich in seiner Veröffentlichung „Totem und Tabu“ differenziert zu dem Vorgang der Projektion geäußert.

Er beschreibt die Projektion als einen Vorgang, der es uns Menschen ermöglicht, die hoch komplexen Lebenswirklichkeiten zu begreifen. Durch das Projizieren ist es uns möglich, mit Erfahrungswerten in neue Lebenssituationen zu gehen. „In dem betrachteten Falle dient die Projektion der Erledigung eines Gefühlskonflikts; sie findet die nämliche Verwendung in einer großen Anzahl von psychischen Situationen, die zur Neurose führen. Aber die Projektion ist nicht für die Abwehr geschaffen, sie kommt auch zustande, wo es keine Konflikte gibt. Die Projektion innerer Wahrnehmungen nach außen ist ein primitiver Mechanismus, dem z. B. auch unsere Sinneswahrnehmungen unterliegen, der also an der Gestaltung unserer Außenwelt normalerweise den größten Anteil hat.“ (Sigmund Freud, 1940, Seite 81)

Im Weiteren möchte ich mit Melanie Klein fortfahren, einer Psychoanalytikerin, die sich intensiv mit der Säuglingsentwicklung beschäftigt hat und zu den Pionierinnen der Kinderanalyse gehört.

Sie hat die Begrifflichkeit der projektiven Identifikation geprägt und verstand diesen Begriff folgendermaßen: „Aber nicht nur Teile des Selbst, die der Säugling als destruktiv und „böse“ empfindet, werden abgespalten und in andere Personen projiziert, sondern auch Teile, die er als gut und wertvoll erlebt. Ich habe bereits früher darauf hingewiesen, dass das erste Objekt des Säuglings, die Mutterbrust (und die Mutter), von Beginn des Lebens an mit Libido besetzt wird und dies die Art und Weise, wie er die Mutter internalisiert, entscheidend beeinflusst. Diese Internalisierung wiederum ist für die Beziehung zur Mutter als äußerem wie auch als innerem Objekt von erheblicher Bedeutung. Der Prozess der libidinösen Besetzung der Mutter

geht mit dem Mechanismus einher, durch den gute Gefühle und gute Selbstanteile in sie projiziert werden.“ (Melanie Klein, Band III, 2000, Seite 233).

Dieser Identifikationsprozess ist gerade für einen kleinen Säugling die einzige Möglichkeit, seine existenzielle Abhängigkeit zu mindern. In dem Augenblick, in dem ich die Bezugsperson/Mutter als einen Teil von mir erlebe, schaffe ich die intrapsychischen Voraussetzung, mich meiner Abhängigkeitsgefühle zu entledigen.

Interessant in diesem Zusammenhang sind insbesondere die neurobiologischen Erkenntnisse z. B. von Allan N. Schore. Er beschreibt, dass der Prozess der projektiven Identifikation beide Beteiligten gegenseitig beeinflusst.

In seiner neuesten Veröffentlichung weist er darauf hin, dass nicht nur der Säugling seine Affektregulation durch die Mutter erlernt, sondern dass auch umgekehrt ein Säugling Einfluss auf die Affektregulation der Beziehungsperson nimmt. Je mehr die Beeinflussung stattfindet, desto gelungener ist die Affektregulation bei den Beteiligten. „Das Konzept der jeweiligen Kommunikationsanpassung von Mutter und Säugling beschreibt ein Muster der gegenseitigen reziproken Beeinflussung. Dies weist klar darauf hin, dass die projektive Identifikation kein einseitiger, sondern ein zweiseitiger interaktiver Prozess ist. Die zwischenmenschliche Komponente der projektiven Identifikation wurde von klinischen Theoretikern wie Grotstein (1981) und Ogden aufgezeigt, die feststellen, dass die „projektive Identifikation nicht stattfinden kann, wenn es keine Interaktion zwischen einem Projizierenden und einem Empfänger gibt“ (1979, S. 14). Scharff (1992) verwies auf das „vergessene Konzept der introjektiven Identifikation“ und beschrieb die Verknüpfung zwischen den miteinander verbundenen Prozessen der projektiven Identifikation *und* der introjektiven Identifikation als eine besondere Form „reziproker Rollenvorgänge“, die die Interaktionen mit Anderen organisieren, die Rolle des Anderen voraussagen und die Handlung mit Affekt, Erwartung und Kommunikation verbinden. Und wieder bewegt sich dieses Konzept eines monadischen, „einbahnstrassenartigen“ „Hinauswurfs“ intrapsychischer Inhalte hin zu einem dyadischen und intersubjektiven kommunikativen Prozess.“ (Allan N. Schore, 2007, S. 96-97)

Introspektionsfähigkeit ist somit eng verknüpft mit Empathiefähigkeit. Die Fähigkeit, sich in andere einzufühlen und zu spüren, wie es anderen geht, steht in Beziehung zur Introspektionsfähigkeit. Die Innenansicht eines Gegenübers kann ich nur erforschen mit meiner eigenen Vorstellung von Gefühlen und Beziehungsmatrix. Introspektion kann nur in Verbindung mit Empathie erlernt werden - und umgekehrt. Auch dieser Prozess ist ein dyadischer und vergleichbar mit der projektiven Identifikation.

Durch meine in den letzten Jahren sehr intensive Beschäftigung mit dem Thema der Affekte und der damit verbundenen Introspektion und Empathie bin ich auf das Themengebiet der Mentalisierung aufmerksam geworden.

Die Mentalisierung wird insbesondere von Peter Fonagy beforscht, und er hat dazu in den letzten Jahren eine Reihe sehr interessanter Veröffentlichungen geliefert. Fonagy ist es gelungen, die tiefen Gräben, die es zwischen der Bindungstheorie Bowlbys und der klassischen Psychoanalyse gegeben hat, etwas zu verringern.

Wichtig ist zu bemerken, dass der Mentalisierungsprozess nach Fonagy ohne Empathie und Introspektion nicht stattfinden kann. Die Mentalisierung geht jedoch noch darüber hinaus und bezieht die Handlungsebenen von Personen mit ein.

Unter Mentalisierung versteht Fonagy, dass es uns gelingt, in unterschiedlichsten Situationen das Denken und Fühlen anderer Menschen zu erkennen und evtl. ihre Handlung auf die Zukunft hin richtig einzuschätzen.

Er geht davon aus, dass die frühen Bindungserfahrungen eine Voraussetzung zur Entwicklung einer gelungenen Mentalisierung ist.

Interessant ist in diesem Zusammenhang aus meiner Sicht, dass viele unserer Klienten sehr gut in der Lage sind, sich in andere Menschen einzufühlen und auch schwerer gestörte Klienten durchaus die Fähigkeit besitzen, Pädagogen in ihren Stärken und Schwächen zu manipulieren und sie für ihre Vorteile einzuspannen.

Welche Entwicklung hat stattgefunden, dass diese Menschen sehr wohl bei anderen viele Dinge richtig einschätzen, aber es nicht gelernt haben, sich selbst zu erkennen, insbesondere zu ihren aggressiven Impulsen keinen ausreichenden realistischen Zugang haben?

Kinder, die in ihrer Entwicklung zu wenig Bindungserfahrung erlebt haben, weisen häufig eine gewisse Desorganisation auf. Sehr häufig besitzen desorganisierte Kinder eine besondere Beobachtungsfähigkeit; die Vermutung liegt nahe, dass diese Fähigkeit die verminderte Bindung zu ihren Betreuungspersonen kompensiert.

Dazu ein paar Überlegungen: Insbesondere Kinder, die bei der Erkundung ihrer sozialen Umwelt auf sich allein gestellt waren, haben sehr früh angefangen, die Welt genauestens zu beobachten, was vielleicht durch Ängste motiviert war, da diese nicht durch eine Bezugsperson gemindert werden konnten. Ihre Erfahrungen und Erkenntnisse haben sie dann allein verarbeiten müssen. Daraus lässt sich schlussfolgern:

Kinder die sehr früh wenig Bindung und fördernde Aufmerksamkeit erhalten haben, können sich ihre soziale Umwelt durchaus alleine erobern.

Was diesen Kindern jedoch völlig fehlt, da ein ausreichendes Gegenüber nicht verfügbar ist und war, ist die Möglichkeit, sich selbst zu reflektieren. Zur Reflexion ist es nötig, dass ich von einer Person meines Vertrauens Rückmeldungen erhalte. Fehlt diese Rückmeldung und werde ich unzureichend reflektiert, wird es für mich schwierig, Erkenntnisse über mich selbst zu erhalten.

Einen weiteren auffälligen Punkt halte ich für besonders erwähnenswert:

Desorganisierte Kinder, die wenig Bindungsmuster in der Kindheit erhalten haben, neigen dazu, die Kontrolle über eine Beziehung zu übernehmen. Sie übernehmen dazu Führungsaufgaben in ihren Peergroups und behandeln nicht nur gleichaltrige Kinder, sondern auch häufig ihre Bezugspersonen auf eine verächtliche und erniedrigende Weise. Diese Erfahrungen haben bestimmt viele von Ihnen schon gemacht, die mit dieser Klientel arbeiten. Manchmal fehlt uns die Einfühlung in solche Kinder, weil sie tyrannische Züge besitzen und andere Kleinkinder womöglich erniedrigen und beherrschen. Diese Kinder wirken dann auf uns abstoßend, und da wir von diesen Kindern auch häufig so behandelt werden, sind wir in der gängigen Praxis eher nicht geneigt, uns mit ihnen näher zu beschäftigen.

Wenn wir uns die Kinder jetzt mit diesem Hintergrundwissen anschauen, können wir eher erkennen, welche Not hinter ihrem Verhalten womöglich stehen kann. Wie sollte dann die Rückmeldung und Beziehungsgestaltung aussehen?

Wie können wir einer solchen Bindungslosigkeit begegnen und damit die Desorganisation der Kinder mindern?

Darauf werde ich Ihnen später noch genauere Antworten geben. Davor möchte ich erst einmal die normale Entwicklung von Säuglingen beschreiben.

Gerade die neueste Bindungsforschung hat eindrucksvoll dargelegt, wie durch angemessene Rückmeldung seitens der Bezugspersonen schon in den frühen Entwicklungsphasen eine solche Fehlentwicklung verhindert werden kann. Bei dieser Art der Rückmeldung ist es besonders wichtig, die Affekte des Säuglings in angemessener Weise zu benennen.

Mit den erwähnten Erkenntnissen können wir erschließen, warum ein gestörter Klient durchaus in der Lage ist, äußere Geschehnisse und Menschen zu erfassen.

Die Introspektionsfähigkeit entwickelt sich immer im Kontakt mit einem anderen Menschen. Bei dieser Entwicklung benötigt der Mensch eine Bezugsperson, die ihn adäquat spiegelt.

Nach der Hypothese von Meltzoff und Gopnik verfügen wir von Geburt an über die Fähigkeit und das Vorlieben, bestimmte mimische Äußerungen erwachsener Personen nachzuahmen.

Dieses Modell geht davon aus, dass wir über eine Vielzahl von angeboren Emotionen verfügen, die durch vorverdrahtete Innervationsmuster der Gesichtsmuskulatur ausgedrückt werden (vgl. Peter Fonagy/György Gergely/Elliot L. Jurist/Mary Target 2004, Seite 157). In allen Kulturen wird Freude, Kummer, Ärger, Ekel und Überraschung durch die gleiche Mimik ausgedrückt und ist für uns dadurch zu dechiffrieren.

In der früheren Zeit gab es die Vorstellung, dass ein Säugling eher auf innere Reize programmiert ist und erst in der späteren Entwicklung lernt, sich mehr den äußeren Reizen zuzuwenden.

Über diese Annahme gab es aber nie gesicherte empirische Daten, obwohl sich diese Annahme sehr lange in der Fachwelt gehalten hat.

Heute gehen wir davon aus, dass der Säugling seine Umwelt erforscht und sich mit seiner Aufmerksamkeit der äußeren Welt zuwendet. Dies belegen deutlich neueste Forschungsergebnisse. Das bedeutet aber nicht, dass der Säugling nicht auch mit seinen inneren Gefühlszuständen beschäftigt ist.

Vor nicht allzu langer Zeit ist man noch davon ausgegangen, dass Säuglinge passive aufnehmende Wesen sind und wenig eigenen Antrieb haben, die Welt zu erfahren. Heute weiß man, dass Säuglinge von Anfang an über eine hohe Lern- und Repräsentationsfähigkeit verfügen.

Im Weiteren ist der Säugling in der Lage, rudimentäre Affekte selbst zu regulieren, z. B. durch Daumen lutschen oder Kopf wegrehen. Die neuesten Forschungsergebnisse haben belegt, dass die Bezugsperson, in der Regel die Mutter, sehr gut in der Lage ist, die emotionalen Zustände ihres Säuglings zu erkennen und diese zu modulieren.

Wie geschieht dies genau, wie schafft es eine Mutter, ihr Kind zu beruhigen und diesem Kind zu vermitteln, sich selbst immer besser zu regulieren und innere Spannungen zu ertragen und abzubauen?

Dazu müssen wir uns noch genauer anschauen, welche Lernschritte nötig sind, um Grundlagen für die eigene Introspektion zu schaffen.

Einige Theoretiker gehen davon aus, dass die Introspektionsfähigkeit als Anlage in uns vorhanden ist.

Ich teile jedoch die Meinung mit Fonagy, dass wir Introspektion erst erlernen müssen, und eine Voraussetzung dafür ist eine Bezugsperson, die in der Lage ist, eine Biofeedback-Sensibilisierung zu veranlassen. Wie genau funktioniert diese Sensibilisierung? Was geschieht in der Beziehung zwischen Säugling und Bezugsperson?

Ich möchte jetzt mit der Darstellung der Affektspiegelung fortfahren. Diese Affektspiegelung stellt die eben erwähnte Biofeedback- Sensibilisierung dar.

Die Affektspiegelung basiert darauf, dass die Bezugsperson in der Lage ist, sich mit dem Säugling zu synchronisieren. Die Synchronisierung bildet die Grundlage der Verbundenheit, sie ist ein wesentlicher Baustein der Bindung zwischen Säugling und Bezugsperson, die bei gelungener Synchronisierung vertieft wird.

Die vorhandenen wissenschaftlichen Studien sprechen eindeutig davon, dass die Synchronisierung nicht einseitig, sondern ein gegenseitiger Prozess ist. Dies zeigt deutlich, dass die Säuglinge nicht passive Individuen sind, sondern an der Beziehungsgestaltung wesentlich beteiligt.

Für die Synchronisierung ist es nötig, Affekte zu spiegeln und diese zu markieren.

Dies geschieht dadurch, dass eine Bezugsperson durch Übertreibung (Stimme ist verändert usw.) deutlich eine Spiegelung der Affekte des Säuglings markiert, z. B. Wut, und dadurch der Säugling in der Lage ist, zu verstehen, dass die Bezugsperson nicht „wirklich“ so fühlt.

Sie kennzeichnet durch ihre Übertreibung, dass sie selbst nicht wütend ist, sondern die Wut des Säuglings spiegelt.

Unmarkierte Affektäußerungen sind in der Regel von den Bezugspersonen zu erwarten, die aufgrund eigener ungelöster intrapsychischer Konflikte als verstrickt gelten und diese Konflikte für sich selbst und dann leider auch für ihre Säuglinge nicht „containern“ können.

Die Begrifflichkeit des *containers* wurde von Bion eingeführt, der darunter folgendes versteht: „Die Bezugsperson ist in der Lage, die negativen Inhalte, die der Säugling in sie hinein projiziert, in sich aufzunehmen und sie in modifizierter Form wieder zur Verfügung zu stellen. Durch diese modifizierte Veränderung des Affektes, ist der Säugling in der Lage, seine negativen Affekte wieder aufzunehmen. Durch die Modellierung des Affekts hat dieser eine Abmilderung erfahren, dadurch kann der Affekt besser begriffen und ertragen werden.“

„Unserem Modell zufolge haben adaptive affektspiegelnde Interaktionen in der normalen Entwicklung folgende Konsequenzen:

(a) Aufgrund der Markiertheit des spiegelnden Verhaltens wird der ausgedrückte Affekt von der Mutter abgekoppelt.

(b) Aufgrund des hohen Grades an Kontingenz zwischen dem Emotionszustand des Säuglings und dem markierten affektspiegelnden Verhalten wird die ausgedrückte Emotion referentiell als zum Baby gehörend verankert.

(c) Der Säugling stellt eine gesonderte Repräsentanz des markierten Emotionsausdruck der Mutter her, die assoziativ mit seinen eigenen implizit-prozeduralen primären Emotionszustand verknüpft ist.

(d) Infolge ihrer Ähnlichkeit – und kategorialen Identität – mit dem entsprechenden realistischen Emotionsausdruck der Mutter wird die internalisierte Repräsentanz der markierten Emotion die dispositionelle Information „erben“, die bereits mit dem realistischen Emotionsausdruck der Mutter assoziiert ist. Auf diese Weise erwirbt der Säugling nicht nur eine sekundäre, kognitiv zugängliche Repräsentanz seines primären Emotionszustandes, sondern zugleich die Fähigkeit, sich selbst mit dieser Emotion assoziierte dispositionelle Informationen zuzuschreiben. Das Resultat ist eine Fähigkeit, das Verhalten, das er wahrscheinlich zeigen wird, wenn er sich in dem betreffenden Zustand befindet, zu repräsentieren und vorherzusagen.“ (Peter Fonagy/ György Gergely/ Elliot L. Jurist/ Mary Target 2004 S. 199/200)

Dieser eben beschriebene Weg zum Erlernen der eigenen Emotionen ist nur in einem Wechselspiel mit kontinuierlichen Bezugspersonen erlernbar und störanfällig. Forscher der frühen Entwicklung haben weiterhin herausgefunden, dass Säuglinge in den ersten Monaten sich mehr mit den Affekten beschäftigen, die eine genaue Spiegelung der eigenen Affekte zum Inhalt hat. Ab ca. dem vierten Monat interessiert sich ein Säugling zwar auch für diese Spiegelung, ist aber stärker daran interessiert, wenn die Spiegelung der Affekte etwas abweicht und kleine Veränderungen im Verhalten der Bezugsperson stattfinden.

Dies lässt darauf schließen, dass wir ab einem bestimmten Alter mehr Fremdes und auch Unterschiede wahrnehmen können. Dies finden wir wahrscheinlich auch interessanter und es scheint für unsere weitere Entwicklung förderlich zu sein.

Diese Beschreibung der Affektspiegelung ist dem Theoriekonzept der frühen Psychoanalyse sehr nahe. Die Psychoanalytiker gehen jedoch noch einen Schritt weiter und versuchen zu verstehen, durch was wir innerlich angeregt werden und wie die intrapsychischen Prozesse eingeleitet werden, damit wir uns auf eine Beziehung mit der Umwelt einlassen. An dieser Stelle ist es besonders wichtig, sich den Triebkonzepten weiterhin zu widmen, obwohl heute in der Fachwelt von vielen Theoretikern die Triebmodelle als nicht mehr notwendig postuliert werden.

Ich möchte jetzt mit Melanie Klein fortfahren. Melanie Kleins Thesen haben bis heute zwar viele Modifikationen erlebt und viele ihrer Annahmen sind wissenschaftlich widerlegt wor-

den, aber die starke Entwicklung hin zur Objektbeziehungstheorie ist maßgeblich von ihr eingeleitet worden. Sie war eine der ersten Psychoanalytikerinnen, zusammen mit Anna Freud, die sich intensiv mit der Säuglingsentwicklung beschäftigt hat. Aus ihren Beobachtungen wurden viele richtige und noch heute geltende Erkenntnisse gezogen, und die Psychoanalyse hat mit ihrer Unterstützung einen großen Entwicklungsschritt vollzogen. Die Psychoanalyse war bis zu diesem Zeitpunkt vor allem eine Einpersonenpsychologie, jetzt rückte die Zweipersonenpsychologie mehr und mehr in den Fokus. Melanie Klein begriff sehr schnell, dass die Entwicklung von Säuglingen und Kindern sehr von der Beziehungsgestaltung zu ihren Bezugspersonen abhängig ist.

Für Melanie Klein ist eine feinfühlig-fürsorgende Person eine solche, bei welcher die Bezugsperson in der Lage ist, die seelischen Zustände des Kindes aufzunehmen und diese in umgewandelter Form zurückzugeben, ohne dass eine Überwältigung stattfindet. Dieser Prozess findet insbesondere in der Frühphase nonverbal statt. Sie sprach in diesem Zusammenhang nicht von Affektspiegelung, doch der Vorgang, den sie beschreibt, weist eine Vielzahl von Parallelen zur Affektspiegelung nach Fonagy auf.

An dieser Stelle ist es noch einmal nötig, zu beschreiben, welche Entwicklungsschritte Säuglinge und Kleinkinder intrapsychisch vollziehen.

Frau Klein ging davon aus, dass wir ab Beginn unseres Lebens ein archaisches, grausames Über-Ich besitzen, das sich erst in der späteren Entwicklung in ein integriertes, wohlwollendes Über-Ich verändern kann.

Wie vollzieht sich diese Entwicklung? In ihrem 1927 gehaltenen Vortrag gelangt sie zu dem Schluss, dass nicht (wie man gewöhnlich vermutet) ein schwaches oder fehlendes Über-Ich, mit anderen Worten, ein nicht vorhandenes Gewissen, für das charakteristische Verhalten asozialer und krimineller Personen verantwortlich ist, sondern vielmehr ein Über-Ich von überwältigender Strenge. Melanie Klein hat an dieser Stelle den Begriff des archaischen Über-Ichs eingeführt. Sie weicht mit dieser Definition von vielen anderen Theoretikern ab.

Wie kann sich ein solch strenges Über-Ich in ein integriertes, wohlwollendes Über-Ich entwickeln?

Melanie Klein beschreibt dies so: In der frühen sadistischen Phase, die ein normaler Bestandteil der Entwicklung eines jeden Individuums ist, schützt sich das Kind vor der Angst vor seinen gewalttätigen introjizierten wie auch äußeren Objekten, indem es die Angriffe, die es in seiner Vorstellung auf sie unternimmt, verdoppelt; das Ziel, das es mit diesem Versuch, sich von seinen Objekten zu befreien, verfolgt, besteht zum Teil darin, das Über-Ich mit seinen unerträglichen Drohungen zum Schweigen zu bringen. So entwickelt sich ein Teufelskreis: Die Angst zwingt das Kind, seine Objekte zu zerstören, dies verstärkt seine eigene Angst, und infolgedessen sieht es sich erneut veranlasst, gegen seine Objekte vorzugehen. Dieser Teufelskreis scheint den psychischen Mechanismus zu konstituieren, der den asozialen und kriminellen Strebungen des Individuums zugrunde liegt.

Wenn im normalen Entwicklungsverlauf Sadismus und Angst an Intensität verlieren, findet das Kind bessere und sozialere Mittel und Wege, um seiner Angst Herr zu werden. Die größere Anpassung an die Realität ermöglicht es ihm, sich durch seine Beziehung zu den realen Eltern vor den phantasmatischen Imagines erfolgreicher zu schützen. Während seine aggressiven, gegen die Eltern, Brüder und Schwestern gerichteten Phantasien in den allerersten Entwicklungsphasen vor allem die Angst weckten, dass sich diese Objekte gegen das Kind selbst wenden könnten, werden jene Strebungen nun zur Basis für Schuldgefühle und für den Wunsch, das, was es in seiner Vorstellung angerichtet hat, wiedergutzumachen. (Melanie Klein Gesammelte Schriften 1,2 S. 233)

Wie kann sich das Kind in seiner Entwicklung mehr zur Realität hingezogen fühlen und mehr und mehr seine Phantasien aufgeben? Das Kind erwartet nach Melanie Klein

grausame Bestrafungen seitens der Eltern. Dies wird durch die Projektion hervorgerufen. Wenn die Eltern jedoch milder sind als die Phantasien und die vernichtenden Strafen ausbleiben, entwickelt sich mehr und mehr ein Vertrauen zu den Eltern. Diese Erfahrung führt hin zur Realität, da die Realität nicht so grausam ist wie die Phantasie.

Nach diesen Ausführungen kann man ermessen, was mit Kindern geschieht, wenn sich ihre grausamen Phantasien als Realität erweisen und die Eltern tatsächlich ihre Kinder sadistisch und grausam behandeln.

Die Vorwegnahme in der Phantasie, von den Eltern sadistisch bestraft zu werden, und das Ausbleiben einer solchen Bestrafung, lässt ein Kind Schuldgefühle entwickeln für seine negativen Unterstellungen. Dieses Schuldgefühl veranlasst das Kind zu Wiedergutmachungswünschen und -handlungen.

Nach dem Gehörten fragen wir natürlich, wie wir arbeiten sollten, damit die Introspektion und somit die Empathiefähigkeit bei unserer Klientel gesteigert werden kann.

Die Entwicklung der Introspektionsfähigkeit unserer Klienten ist an dieser Stelle eng verbunden mit unserer eigenen Introspektionsfähigkeit als Pädagoge, Berater usw. Im Grunde können wir nur unsere Klienten auffordern, immer wieder die eigene Introspektion zu benutzen und im Kontakt mit unseren Klienten dies fördern. „Kinder lernen das Sprechen am besten in einer sprach- und sprechfreudigen Umwelt, also in einer Umwelt, in der sie gesprochene Sprache hören, in der man zu ihnen spricht, ihnen zuhört und ihnen antwortet, wenn sie sich im Sprechen üben. In ähnlicher Weise lernen Kinder das Mentalisieren am besten, wenn ihre Familienangehörigen sensibel auf ihre mentalen Zustände und insbesondere auf Emotionen eingehen. [...] In emotional kalten Beziehungen kann das Mentalisieren nicht gedeihen.“ (Jon G. Allen/Peter Fonagy/Anthony W. Bateman, 2011 Seite 397)

Jetzt können wir diese Haltung auf unseren beruflichen Alltag übertragen. Grundsätzlich ist es nötig, eine warmherzige, zugewandte, authentische Haltung gegenüber den Klienten einzunehmen, dies wissen wir aber auch schon seit längerer Zeit und es ist für uns selbstverständlich.

Gerade diese Authentizität ist Voraussetzung, damit wir in einen klaren Beziehungsaustausch treten können.

An dieser Stelle möchte ich besonders darauf hinweisen, dass es weitaus schädlicher ist, eine positive Haltung vorzugeben, als dass sie tatsächlich nicht vorhanden ist.

Wenn wir erreichen wollen, dass unsere Klientel sich über ihre eigenen Empfindungen klarer wird, geht dies nur mit Hilfe einer Beziehungsperson, die sich dessen auch bewusst ist.

Welche Voraussetzung müssen geschaffen werden, um in der Supervision die Introspektionsfähigkeit zu erweitern?

Wenn dies nur innerhalb einer Beziehung gelingt, stellt sich die Frage, wie diese Beziehung aussehen sollte, damit der Supervisionsprozess nicht nur aktuelle Probleme des Alltags bespricht, sondern grundsätzlich die Supervisanden dazu befähigt, mittel- und langfristig ihre Introspektion zu verbessern. Daher möchte ich noch einmal den aktuellen Trend in Frage stellen, die Prozesse immer mehr und mehr zu verkürzen. In der Kürze wird es uns nur noch schwer gelingen, die beschriebenen Prozesse von Beziehungsgestaltung und der Entwicklung von Introspektion zu veranlassen. Vielen Auftraggebern ist aus mangelnder Erfahrung und Wissen nicht bewusst, dass man Reflektion erlernen kann, sie aber erst mit den Jahren erlernt, und Reflektion nicht eine Fähigkeit ist, die man hat oder nicht.

Durch praktische Erfahrungen als Supervisorin erlebe ich immer wieder, dass Supervisanden sich in ihrer Gefühlswahrnehmung in Frage gestellt fühlen. Es fehlt an vielen Stellen ein tiefes Vertrauen zu den eigenen Wahrnehmungen. Selbstreflexion, welche in vielen Ausbildungen sehr groß geschrieben wird, scheitert gelegentlich daran, dass die eigene Wahrnehmung völlig aus dem Takt geraten ist. Vielen Pädagogen fällt es schwer, sich eigene Gefühle von Destruktivität und Aggression zuzugestehen. Dies ist jedoch eine wichtige Voraussetzung, um gerade mit aggressiven Menschen, die wenig Zugang zu ihren Aggressionen haben, zu arbeiten. Ich habe das durch meinen Vortrag sicherlich noch einmal dargelegt. Auch erlebe ich bei vielen Supervisanden, dass sie Professionalität mit gefühlsmäßiger Distanz gleichsetzen. Sie ordnen es als nicht professionell ein, sich als Supervisor gefühlsmäßig berühren zu lassen, insbesondere wenn sie ambivalente Gefühle erleben.

Meine Haltung ist eine gänzlich andere. Gerade das tiefe Berührtwerden in der Beratung ist für mich eine große Motivation, mich immer wieder neu und neugierig auf Supervisanden einzulassen. Meine größten Konflikte und stärksten Verwirrungen erleide ich dann, wenn ich nicht genau weiß, was ich fühle. Je klarer ich werde, desto leichter wird es mir. Dafür ist es aber notwendig, sich von seinem Gegenüber berühren zu lassen und sich auf viele Abgründe einzulassen. Dabei aus der Fassung zu geraten und Affekte zu erleben, die man vielleicht nicht bekommen mag. An manchen Stellen können Scham- und Versagensgefühle befördert werden, und die Professionalität besteht dann darin, diese Gefühle einer Gegenübertragung zuordnen zu können. Sie müssen aber von mir gefühlt werden. Diese Szenen, in denen wir uns als Professionelle emotional beteiligen, sind für unsere Klienten von besonderer Bedeutung. Dieses szenische Material kann zu wichtigen gemeinsamen emotionalen Erfahrungen führen und bietet für beide eine Chance, die Introspektionsfähigkeit zu erweitern.

An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal auf Sigmund Freud beziehen, der darauf hinwies, dass wir am meisten unsere Ambivalenzen tabuisieren. Dies kann ich jetzt leider nicht näher ausführen, aber ich habe mir vorgenommen die nächste Fachtagung diesem Thema zu widmen.

Ich möchte jetzt allen Zuhörerinnen und Zuhörern noch viel Spaß für ihre Arbeit wünschen. Ich bin mir sicher, dass eine Arbeit, der wir emotional uns zu berühren gestatten, große Tiefe in unser Leben bringt und unsere Arbeitsmotivation grundlegend steigert. Unsere Klienten werden es uns danken, wenn sie erleben, mit welcher interessierten Neugier wir ihnen begegnen.

Literaturliste

Jon G. Allen/Peter Fonagy/Anthony W. Bateman
Mentalisieren in der psychotherapeutische Praxis,
Klett-Cotta, 2011

Peter Fonagy
Bindungstheorie und Psychoanalyse,
Klett-Cotta, 2003

Peter Fonagy/György Gergely/ Elliot L. Jurist/Mary Target
Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst,
Klett-Cotta, 2004

Sigmund Freud
Totem und Tabu,
Frankfurt am Main 1999, Fischer Taschenbuch Verlag GmbH

André Green, Paris
Geheime Verrücktheit,
2000, Psychosozialer Verlag 3. Auflage 2011

Melanie Klein
Gesammelte Schriften Band III, 2000, Stuttgart-Bad Cannstatt, frommann-holzboog

Melanie Klein
Gesammelte Schriften Band I, Teil 2, Stuttgart-Bad Cannstatt, frommann-holzboog

Allan N. Schore
Affektregulation und die Reorganisation des Selbst, Klett-Cotta, 2007