

Psychoanalyse ist nicht ein Paket Sinnggebung : Gespäch mit Jürg Acklin

Autor(en): **Zemp, Therese / Acklin, Jürg**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF**

Band (Jahr): **26 (1984)**

Heft 3: **Ist Psychotherapie auch eine Möglichkeit für mich?**

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-156930>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Psychotherapie kann mit verschiedenen theoretischen vorstellungen erfolgen, entsprechend den unterschiedlichen therapeutischen «schulen». Erforderlich ist nicht nur, dass der therapeut eine gute allgemeine ausbildung in psychotherapie hat, sondern auch, dass er gewillt und fähig ist, sich mit dem kind und mit der behinderung ernsthaft, offen und ehrlich auseinanderzusetzen. Psychotherapie kann nur dann zweckmässig sein, wenn der mensch, der zu behandeln ist, in jedem moment wichtiger ist als das therapeutische «dogma», welches den hintergrund der therapeutischen methode bildet. Für alle psychotherapeutischen «bewegungen» gilt gemeinsam: Würden sie sich mehr um die besonderen bedürfnisse behinderter menschen kümmern, so käme dies nicht nur diesen selbst zugute, sondern es wäre ebenso eine wichtige vertiefung für das arbeitsgebiet einer mehr menschen- als methodengerechten psychotherapie.

Prof. H.S. Herzka, Kinder- und Jugendpsychiater, Zürich

Psychoanalyse ist nicht ein paket sinnggebung

Jürg Acklin, 39jährig, ist psychoanalytiker und hat in Zürich eine praxis. An der universität studierte er sozialwissenschaften. Er leitete eine alternativschule und war redaktor beim schweizer fernsehen für kulturelle und soziale fragen. Er betätigte sich immer auch als schriftsteller und hat romane herausgegeben, wie z.b. «alias», «der aufstieg des fesselballons».

Schon mit zwanzig jahren hatte er die idee, psychologe zu werden, sein interesse galt dann aber zuerst dem schreiben und sozial-politischen problemen. Erst mit 32 hat er eine lehranalyse angefangen. Dann begann er mit der eigentlichen ausbildung bei der schweizerischen gesellschaft für psychoanalyse und arbeitet jetzt als psychoanalytiker.

Therese: Jürg, du hast einen behinderten bruder, von daher kommt nicht zuletzt dein interesse, für diesen Puls mitzuarbeiten. War diese problematik ein wichtiger punkt in deiner analyse?

Jürg: Das war etwas ganz entscheidendes, z.b. der punkt, nicht rivalisieren zu dürfen. Ich war zwar immer aktiv, aber mit relativ hohen innerlichen kosten. Nach aussen hin hat man das nicht gemerkt, ich war recht lebensfähig. Aber die problematik wegen meinem bruder merkte ich erst nach jahren in der analyse: z.b. hatte ich nie eine wut auf ihn. Er kam erst auf die welt, als ich schon zwölfjährig war, also war er immer schon einfach ein herziger kleiner, und dazu ist er noch behindert. Das zu einer zeit, wo ich gerade in die pubertät kam, aktiv, laut und lärmig sein wollte, ich musste mich aber von anfang an automatisch zusammennehmen. Ich konnte nicht mit ihm streiten oder meine wut ablassen. Ich übernahm schon sehr bald eine väterliche förderungsfunktion und merkte nicht, wie er mir platz genommen hat: erstens

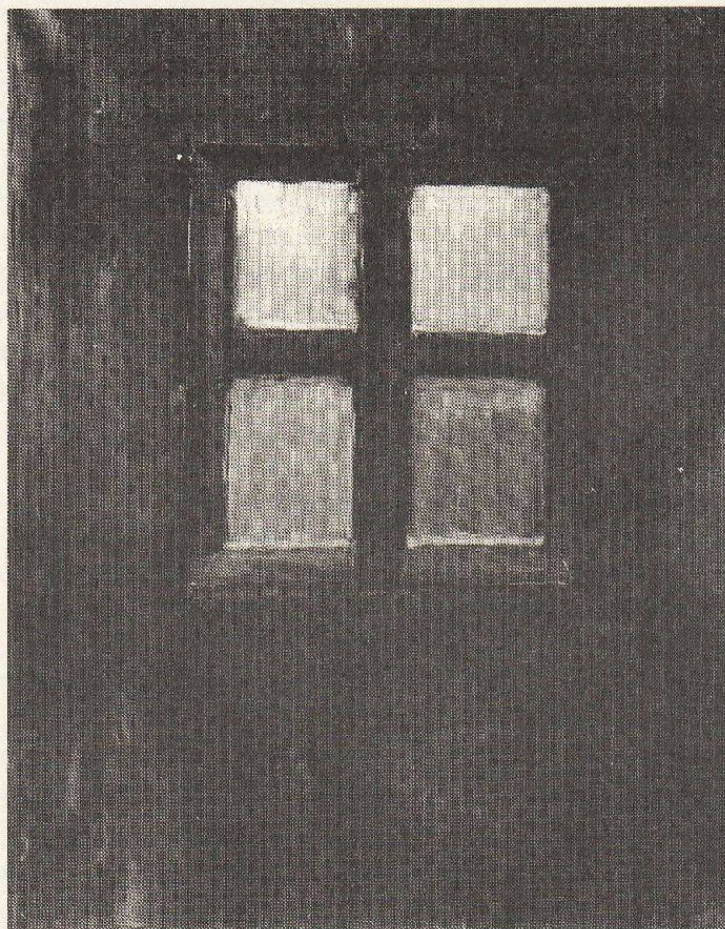
war ich bis dahin alleinkind, und dann kam da plötzlich noch einer und wollte auch etwas; zudem beanspruchte er meine mutter wegen seiner behinderung weitaus mehr als ein anderes kind; und drittens war ich in einer phase, wo ich eigentlich langsam meine eigene identität hätte finden sollen, also unabhängiger werden von meinem elternhaus.

Therese: Kannst du sagen, was dir die analyse gebracht hat?

Jürg: Das ist sehr, sehr schwierig. Sicher bin ich wesentlich ruhiger geworden; ganz bestimmte ängste, die ich hatte, sind zurückgegangen, ich habe z.b. im umgang mit autoritäten nicht mehr diese probleme wie früher, ich traue mir auch mehr zu. Ich war vorher nicht jemand, der nichts gemacht hat, aber wenn, dann forciert als nötig, jetzt nehme ich es gelassener und bin dafür konstanter an einer sache, ich bin auch toleranter geworden. Toleranter deshalb, weil ich gemerkt habe, dass sehr vieles, was ich bei den anderen wahrnahm, mit mir selber zu tun hat. Man projiziert in einem solchen fall alles nach aussen, der böse ist draussen. Ja, in der analyse merkt man z.b., dass man nicht nur lieb und gut ist!

Therese: Was machst du eigentlich als psychoanalytiker, wie geht das?

Jürg: Ich rede zuerst einmal mit den leuten, was für probleme wirklich da sind, und dann versuche ich festzustellen, für welche therapieform sich jemand eignet, z.b.



«Fenster» 1984 Oel/Leinwand (120X100)

wie viele stunden pro woche es sein sollen usw. Wenn ich deute, heisst das: ich versuche sachen bewusst zu machen, so dass plötzlich etwas in einem ganz andern licht erscheint. Ich höre zu und versuche wahrzunehmen, auch was in mir selber vorgeht, und zu merken, was eigentlich hinter dem steht, was die person sagt. Das ist jetzt sehr sehr vereinfacht dargestellt, aber wenn ich das hier genauer machen müsste, dann wird es schnell sehr schwierig und sehr theoretisch, während das ganze alles andere als theoretisch ist im praktischen ablauf. Die analyse ist kein gewöhnliches gespräch zwischen therapeut und klient. Der therapeut hört vor allem zu und sagt sehr wenig.

Therese: Du bist interessiert, auch mit jemandem der/die behindert ist, zu arbeiten, oder mit angehörigen von behinderten. Wieso möchtest du das?

Jürg: Ich glaube, dass zu den patienten, die ich habe, auch jemand gehört, der behindert ist, denn es ist für mich wichtig, ein breites spektrum von leuten zu haben: aus verschiedensten sozialen schichten, aus verschiedenen altersstufen, und so gehören auch behinderte dazu. Auf der andern seite bin ich überzeugt, dass es für einen analytiker wichtig ist, auch eine ahnung zu haben von der realität seiner patienten. Ich würde mir zutrauen, dass ich diese ahnung habe durch den kontakt mit meinem behinderten bruder, so dass ich also diese realität kenne, auch die begrenzungen, die eine solche realität mit sich bringt, was möglich ist, und was nicht. Von daher habe ich also eine günstige ausgangslage.

Therese: In meiner praxis als therapeutin ist mir sehr bewusst geworden, dass die problematik des patienten immer irgendwo auch etwas mit mir zu tun hat, mich etwas angeht, mich betrifft. Vielleicht geht dir das auch so. Insofern hast du nicht nur erfahrungen, wenn jemand behinderter zu dir kommt, sondern die problematik hat mit dir selber zu tun. Insofern kann eine solche arbeit auch eine chance für dich sein, d.h., du kannst dabei weiterlernen. Wie stellst du dir vor, damit umzugehen?

Jürg: Ganz sicher kann ich dabei sehr viel lernen. Ich glaube, das ist eine wichtige voraussetzung, denn als analytiker bin ich auch mein eigenes arbeitsinstrument. Ich merke ja, was das, was bei einem patienten läuft, bei mir auslöst, und damit muss ich umgehen lernen, weiterarbeiten.

Das problem der abgrenzung ist dabei aber ein sehr wichtiges: es kann nicht darum gehen, dass der psychotherapeut funktionen übernimmt, die eigentlich die familie oder bekannte des patienten erfüllen sollten. Er kann nicht vater/mutter, freund oder geliebter sein. Das ist für viele patienten sehr schwer zu verstehen oder zu akzeptieren. Der therapeut muss den prozess in einer ganz ruhigen art begleiten. Er ist die person, die man fünfzig minuten lang beanspruchen kann, und danach kommen die nächsten fünfzig minuten und ein anderer patient. Wenn ich also als therapeut für einen patienten fast ausschliesslich die einzige bezugsperson wäre oder bin, dann ist eine therapie fast nicht machbar.

Therese: Ich glaube, im zusammenhang mit therapie kann es ein behindertenspezifisches problem geben: ich entdecke durch die intensive auseinandersetzung mit mir nicht nur ängste und schwierigkeiten, sondern auch wünsche und bedürfnisse, die zu erfüllen mir wegen der behinderung zum teil kaum möglich erscheinen oder es tatsächlich auch nicht sind. Ich könnte mir vorstellen, dass dieser punkt behinderte abschrecken könnte, eine therapie anzufangen. Wie siehst du das?

Jürg: Das ist ein grosses problem. Ich bin mir da auch nicht so im klaren, aber auf der andern seite finden sich sehr oft die erstaunlichsten lösungen, wenn jemandem etwas wirklich wichtig ist. Durch die therapie lernt jemand auch, sich anders zu verhalten, z.b. seinen wünschen ausdrück zu verleihen. In diesem zusammenhang gibt es ein gutes zitat von Freud: «Vom neurotischen elend zum alltagselend». Dank dem, dass man das neurotische elend durch die arbeit in der analyse verkleinern konnte, kann man sich ganz anders mit dem alltagselend auseinandersetzen. Das neurotische elend ist eine verzerrung der wahrnehmung der realität aufgrund von ängsten und schutzmassnahmen, die einem gar nicht ermöglichen, sich einer realität so zu stellen, wie man eigentlich könnte. Man hat so eine zusätzliche behinderung.

Therese: *Eine psychoanalyse ist etwas teures, sie kostet viel geld.*

Jürg: Ja, das stimmt. Aber ich muss sagen, dass bei mir noch nie jemand eine therapie nicht machen konnte aus finanziellen gründen. Ich kläre sehr genau ab, wieviel jemand verdient. Bei mir bewegt sich der ansatz zwischen Fr. 70.- bis Fr. 90.- pro stunde.

Therese: *Was ist das ziel einer psychoanalyse?*

Jürg: Grössere selbständigkeit. Es ist aber sehr schwierig zu erklären, was psychoanalyse überhaupt ist und was da wirklich passiert. Es ist sehr komplex, und es macht mir mühe, so vereinfacht darüber zu sprechen, weil es sehr schnell aussieht, als ob man rezepte verkaufen will. Psychoanalyse ist nicht eine sinnggebungstherapie. Es ist ein langer und beschwerlicher weg, man setzt sich einigem aus. Man kann hier also nicht ein paket von psychologischer sinnggebung kaufen. Es ist eine langwierige, aber interessante und abenteuerliche auseinandersetzung mit sich selber.

Zusammenfassend möchte ich sagen, dass durch die vereinfachung, die hier nötig war, das ganze entstellt wird. Das ist eine Befürchtung, die ich jetzt habe. Auf der andern seite finde ich es auch wichtig, dass man darüber redet, um gewisse vorurteile zu beseitigen, wie z.b. die analyse sei nur kopflastig, oder da werde nur theorie erzählt. Es ist sehr schwierig, wirklich zu sagen, was man dabei macht, denn es ist sehr differenziert. Es kommt ein ganz bestimmter mensch mit ganz speziellen problemen, keine abstrakte theorie. Der ganze prozess ist sehr lebendig, sehr offen und sehr wandelbar.

Das gespräch mit Jürg Acklin führte Therese Zemp, Brunnental, 8915 Hausen