Zeitschrift: Schweizerische Lehrerinnenzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerinnenverein
Band: 21 (1916-1917)
Heft: 10

Artikel: Zur Einführung in die Psychanalyse
Autor: B. M.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-311242

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die von Fräulein Dr. Graf im Namen des Schweizerischen Lehrerinnenvereins vorgeschlagenen Thesen werden nun in Diskussion gesetzt und, nachdem sich jede Gruppe überzeugt hat, dass sie, gebend und nehmend, dem Wohle der heranwachsenden weiblichen Jugend und sich selbst am besten dient, *einstimmig* angenommen.

Das Bureau des Schweizerischen Lehrerinnenveins erhielt den Auftrag, diese bereinigten Thesen zusammenzustellen und den drei Vereinen zuzusenden.

Als Thema für die nächste Zusammenkunft, die im Juni 1918, wieder in Zürich, stattfinden soll, wurde „das Unterrichtspensum für die weiblichen Fortbildungsschulen und das oberste Schuljahr der Primarschülerinnen" bestimmt.

Nach dreistündiger ernster Arbeit trennten sich die Delegierten mit Bedauern, dass nicht wenigstens noch eine Stunde blieb, um sich des gemeinsam Erreichten in freundschaftlicher Aussprache zu freuen. L. W.

Zur Einführung in die Psychanalyse.

In der gegenwärtigen wissenschaftlichen Psychologie unterscheidet man zwei Hauptforschungsmethoden: die experimentelle und die psychanalytische. Sie beruhen letzten Endes auf einer verschiedenen Auffassung des Problems von Leib und Seele. Doch da dieses Problem im Grunde ein Scheinproblem ist, indem wir ebenso wenig wissen, was ein Körper, als was ein Geist ist, und hier ja nicht von Philosophie die Rede sein soll, sondern von Psychanalyse, glaube ich, diese erkenntnistheoretische Vorfrage auf sich beruhen lassen zu dürfen. Die experimentelle Methode arbeitet mit physischen Mitteln. Sie möchte die spröde Seele messen, wägen, zahlenmässig festnageln.

Die psychanalytische Methode kann der physischen Hilfsmittel entraten. Sie will Geist nur mit Geist erforschen.

Die Psychanalyse ist nicht nur von der Experimentalpsychologie zu unterscheiden, sondern auch von der traditionellen Seelenlehre.

Eine Seele analysieren, heisst sie in ihre kleinsten Komponenten zerlegen.

Man wird sagen: Nun, dann hat die alte Psychologie längst Seelenanalyse getrieben! Spaltete sie nicht unsere Seele in Intellekt, Gefühl und Willen und letztere wieder in beliebig viele Triebe? Gewiss, eine Art Psychanalyse war das auch.

Es soll zu zeigen versucht werden, inwiefern die neue psychologische Methode, die Psychanalyse, von der alten Psychologie verschieden ist, was sie uns Neues und Gutes gebracht hat.

In drei Gebieten hat die Psychanalyse besonders Wichtiges geleistet: in der Psychologie des Unbewussten, in der Traumdeutung und in der sogenannten Libidotheorie.

Was ist das Unbewusste? Wir wissen es nicht. Aber genau genommen, wissen wir auch nicht, was das Bewusstsein ist. So viele Psychologiebücher, so viele Definitionen. Pfister z. B. nennt es sehr bescheiden das Gegebensein irgend welcher psychischen Tatsachen.

Wenn man auch nicht sagen kann, was das Unbewusste denn eigentlich sei, an seiner Realität wird kein vernünftiger Mensch zweifeln, einige eigensinnige Materialisten ausgenommen. Mit der Hypnose kann man die Existenz des Unbewussten sogar handgreiflich beweisen. Wenn der Arzt einem Patienten in

der Hypnose sagt: „Morgen um 2 Uhr werden Sie das Fenster öffnen“, so wird dies der Kranke tun. Fragt man ihn: „Warum öffnen Sie das Fenster?“ antwortet er vielleicht: „Es war so heiss“, d. h. er sucht seine Handlung, die aus ihm völlig unbewussten Motiven entsprang, zu rationalisieren.

Die Psychanalyse nun räumt dem Unbewussten einen weit grösseren Einfluss ein als die bisherige Psychologie. Sie stellt sich den Inhalt des Unbewussten ähnlich dem Inhalt des Bewusstseins vor. Sie spricht von unbewussten Empfindungen, Vorstellungen, Gedanken, Lust- und Unlustgefühlen und Strebungen. Laut Freud kommen fast alle unsere Handlungen aus unbewussten Motiven, die wir nachträglich rationalisieren.

Sehr oft werden wir zu unserem Schaden von unbewussten Vorstellungen beeinflusst. Der Schaden kann gehoben werden, wenn die unbewusste Vorstellung bewusst gemacht wird. Wir haben dies alle schon erfahren: Irgend eine Stimmung bemächtigt sich unser. Wir können nicht begreifen, woher sie geflogen kommt. Manchmal gelingt es uns nachträglich, den Grund zu finden. Dann sind wir von unserer Stimmung befreit. Sehr oft können wir das Motiv nicht entdecken. Aus dieser Andeutung merkt man zweierlei: das Unbewusste beherrscht uns, aber das Unbewusste kann wieder bewusst gemacht werden, und dann verliert es seine Macht.

Die Psychanalyse geht darauf aus, möglichst viel Unbewusstes bewusst zu machen, um den Menschen zu befreien.

Woher kommt es, dass das Unbewusste so oft unheilvoll unser Leben beeinflusst? Das kommt von einer schlimmen Gewohnheit her, die wir haben, vom sogenannten Verdrängungsakt. Wenn aus der Tiefe unserer Seele Gedanken oder Vorstellungen auftauchen, die unser Gewissen nicht akzeptieren will, so verdrängen wir sie gewöhnlich, d. h. wir denken sie nicht mutig zu Ende, sondern sie müssen wieder in die Tiefe hinabtauchen, wo sie aber ohne unser Wissen tätig bleiben. Gewöhnlich werden gleichartige Vorstellungen immer und immer wieder verdrängt, bis sie schliesslich im Unbewussten ein dichtes, von starkem Affekt zusammengehaltenes Vorstellungsnetz bilden. Eine solche Vorstellungsmasse nennt der Psychanalytiker einen Komplex. Es gibt unzählige von Komplexen. Einige typische Komplexe möchte ich hervorheben. Zum Beispiel den Minderwertigkeitskomplex. Wie viele Menschen tragen diesen Komplex mit sich herum und wissen es nicht! Natürlich, denn ein Komplex ist immer unbewusst. Diese Menschen sind von krankhaftem Ehrgeiz, wollen ein Ideal erreichen, das weit über ihre Kräfte erhaben ist. Das alles, um ihren Minderwertigkeitskomplex zu überschreien. Wie entsteht ein Minderwertigkeitskomplex? Gewöhnlich schon in der Kinderzeit, besonders unter der Einwirkung von Eltern und Lehrern, die dem Geltungsbedürfnis des Kindes nicht Rechnung tragen. Der junge Mensch, der zwanzigmal des Tages hört, er sei dumm und ungeschickt, glaubt schliesslich in seinem Innersten an diese Vorwürfe, obschon er äusserlich scheinbar immer selbstbewusster auftritt. Der häufigste und wichtigste Komplex ist der sogenannte Elternkomplex. Wer sein Leben lang unbewusst an seine Eltern gebunden bleibt und sich nicht, wie er sollte, von ihnen loslösen kann, der leidet an einem Elternkomplex. Sehr oft verdrängen wir feindliche Regungen gegen unsere Eltern, weil wir uns erschrocken sagen: „So was denkt man doch nicht.“ Diese verdrängten Gedanken wirken im Unbewussten weiter. Die Folge davon ist in der Regel Misstrauen gegen die Mitmenschen, namentlich gegen Vorgesetzte. Wir übertragen auf sie unfreundliche Gefühle, die eigentlich den Eltern gelten.

Gefühle, die wir auch äusserst oft verdrängen, sind die sexuellen, da sie infolge unserer törichten Gesellschaftsmoral als schlecht gelten und wir doch nicht schlecht sein wollen. Wie alle andern verdrängten Gefühle, rächen auch sie sich im Unbewussten und bilden die Ursachen unzähliger Neurosen.

Der Psychanalytiker kann seine Mitmenschen von ihren Komplexen erlösen, indem es ihm gelingt, diese bewusst zu machen. Er erreicht ein Wiedererleben der früheren Konflikte mit anderem, glücklichem Ausgang. Man nennt diese Heilungsmethode das Abreagieren.

Nirgends offenbart sich das Unbewusste deutlicher als im Traum. Da sehen wir deutlich, dass es sich in den ganz gleichen Formen betätigt wie das Bewusstsein: es fühlt, empfindet, phantasiert, zieht Schlüsse. Darum haben die Psychanalytiker ihre Aufmerksamkeit dem Traume ganz besonders zugewendet.

Seit mehreren tausend Jahren haben die Menschen sich mit ihren Träumen beschäftigt. Sie fühlten, dass im Traume ein tiefer Sinn versteckt liege, aber erst den Psychanalytikern ist die Traumdeutung wirklich gelungen. Man kann die psychanalytische Traumtheorie in einen Satz zusammenfassen. Sie lautet: Jeder Traum ist ein Wunschtraum, d. h. in der Regel eine Wunscherfüllung. In unsern Träumen können wir unsere unbewussten Wünsche, folglich uns selbst kennen lernen. Sehr oft ist der Wunschcharakter der Träume sofort deutlich zu erkennen. Wenn ich am Tage denke: Könnte ich doch am Sonntag eine Bergbesteigung mitmachen, flugs träume ich des nachts vom fröhlichen Leben in einer Klubhütte und von einem herrlichen Sonnenaufgang. Gewöhnlich aber ist der Wunsch im Traume nur verschleiert enthalten, oft in seltsamen Symbolen. Josephs Träume von den Garben und den Gestirnen sind klassische Symbolträume. Wir haben auch im Traume eine Art Gewissen, von den Psychanalytikern Zensur genannt.

Diese Zensur erlaubt Joseph nicht, zu träumen, dass sich Eltern und Geschwister vor ihm verneigen, sondern sie setzt Sonne, Mond und Sterne an deren Stelle. Nicht alle Symbole sind so durchsichtig wie diejenigen in Josephs Träumen, sondern viele sind so kompliziert, dass man immer und immer staunen muss über die überaus raffinierte Geistesarbeit, welche das Unbewusste zu leisten imstande ist. Die Psychanalytiker haben herausgefunden, dass gewisse Symbole bei allen Menschen dieselben sind.

In vielen Träumen realisieren wir auch verdrängte Wünsche aus unserer Kinderzeit, wie denn überhaupt das Unbewusste viel inniger mit der Kindheit zusammenhängt als das Bewusstsein. Sehr oft gelingt es dem Analytiker mit Hilfe der Traumdeutung ganze Episoden aus den ersten Lebensjahren des Analysanden wieder bewusst zu machen, von welchen dessen Bewusstsein keine Ahnung mehr hatte.

Die psychanalytische Traumtheorie mag im ersten Moment befremdend wirken. Aber wenn man sie nachgeprüft hat, sieht man ihre Richtigkeit sofort ein: Jeder Traum, auch der Angsttraum, ist ein Wunschtraum. Ich lasse mir manchmal, wenn es der Gang des Unterrichts erlaubt, von den Kindern Träume erzählen. Noch jedesmal habe ich etwas dabei gelernt, das mir von Nutzen war für das Verständnis meiner Schülerinnen. Ein zweites Gesetz aus der Traumtheorie Freuds lautet: Alle Träume einer Nacht bilden ein zusammenhängendes Ganzes. Man denke an die zwei Träume Pharaos von den Kühen und von den Ähren, die auch durch Erwachen unterbrochen waren.

Nach meiner Ansicht nicht ganz so wichtig wie die Traumtheorie, aber ebenfalls sehr interessant, ist die psychanalytische Libidotheorie.

Unter der Libido ist ungefähr das gleiche zu verstehen, was unter dem Wort Willen im schopenhauerschen Sinne, d. h. „eine Willens-, Lebens- oder Liebeskraft, die sich in unerhört mannigfaltigen Manifestationen äussert". Die Libido ist einem Strome vergleichbar, der in unaufhaltsamem Laufe vorwärtsdringen möchte. Tausend Hindernisse kommen dem Libidostrom in die Quere. Aufgabe der Erziehung ist es, den Libidostrom zu kräftigen und richtig zu leiten, damit er die Hindernisse überwinde. Die Menschen verhalten sich sehr verschieden, wenn ihr Libidostrom gehemmt wird. Nehmen wir ein Kind. Es hätte gerne ein Bilderbuch, das es kürzlich in einem Schaufenster bewundert. Die Mutter sagt: „Nein, das kannst du nicht haben, es ist zu teuer für uns." Da setzt sich das Kind in eine Ecke und träumt, es hätte einen reichen Onkel, der habe ihm ein ganzes Zimmer voll Bilderbücher gekauft usw. Hier haben wir die infantile Art, Hindernisse zu überwinden, durch einen sogenannten antistischen Wachtraum. Aufgabe der Erziehung ist es, den Zögling zu lehren, dass er ein Hindernis in der Wirklichkeit überwinde und nicht nur in der Phantasie. Wie viele Erwachsene gibt es, die das nie gelernt haben! Wenn ein erwachsener Mensch, anstatt den Kampf mit Hindernissen frisch in der Realität auszuführen, sich auf infantile Weise damit begnügt, einen Wachtraum zu spinnen, indem alles glatt abläuft, so sagt der Psychanalytiker: „Dieser Mensch regrediert", d. h. er löst ernsthafte Aufgaben auf infantile Weise.

Um beim Bilde vom Strome zu bleiben: Es kommt vor, dass der Libidostrom rückwärts flutet statt vorwärts. Wir regredieren alle gelegentlich. Das kommt daher, dass wir nie fertig erzogen sind. Man kann nicht nur in infantilen Formen denken und arbeiten, sondern sogar auch in der Liebe kann man regredieren, was namentlich bei unverheirateten Frauen vorkommt. Es ist nicht möglich, dass sich die Libido immer geradlinig entwickeln kann, es gibt auch für einen erzogenen Menschen tausend unüberwindliche Hindernisse. Was dann? Nur eines nicht: die Libido darf nicht rückwärts fluten. Sonst tritt Verdrängung ein oder Regression. Wir müssen darauf bedacht sein, dass die Libidotriebe sich gesund weiterentwickeln können, auch wenn sie etwas aus der ursprünglichen Richtung abgedrängt werden. Der Psychanalytiker sagt, es müsse Sublimierung eintreten. Das ist so zu verstehen: Gesetzt den Fall, jemand würde sich auf das heftigste verlieben, der Gegenstand seiner Liebe wäre für ihn aber unerreichbar. Nun sind ihm drei Wege offen: Entweder verdrängt er seine Liebe, so dass sie im Unbewussten weiterwühlt, oder er träumt Tag und Nacht von seiner Liebe und erfüllt sich in der Phantasie alle seine Liebeswünsche. Beide Male wird er ein unbrauchbarer Mensch sein. Es bleibt ihm nur der dritte Weg: Die Sublimierung, d. h.: Er blickt seiner Leidenschaft fest ins Auge und braucht die Kraft der Liebe für eine sozial wertvolle Arbeit.

Zur Einführung in die psychanalytische Methode sei empfohlen: Dr. Oskar Pfister: Die psychanalitische Methode (Pädagogium, Band I). B. M.