

Zum Wissenschaftsverständnis der Psychodynamischen Psychotherapien

„Die Frage nach der Wissenschaftlichkeit der Psychoanalyse ist so alt wie die Psychoanalyse selbst“, schrieb bereits Stavros Mentzos in den 1970er-Jahren (Mentzos, 1973). Seit der Jahrtausendwende beginnt die Herausforderung allerdings schon bei der Frage nach dem Gegenstand: Sprechen wir von Psychodynamischer Psychotherapie oder „klassisch“ von Psychoanalyse?

Der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie fasst seit 2004 unter Psychodynamischer Psychotherapie als Oberbegriff die **Analytische Psychotherapie (AP)** und die **tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (TP)** als ein Verfahren zusammen. TP und AP werden dabei als von der Psychoanalyse abgeleitete und in ihr begründet betrachtet.

Seit der Gründung der Psychoanalyse hat sich die Theorielandschaft stetig weiterentwickelt und ausdifferenziert. Mertens (2012) spricht je nach Sichtweise von 15–20 psychoanalytischen Theorien, die sich in ihren inhaltlichen und methodischen Sichtweisen teils stark unterscheiden. Die Diversifizierung der Theorielandschaft hat inzwischen einen so hohen Grad erreicht, dass man nicht mehr von „einem“ Haus der Psychoanalyse, sondern vielmehr von einem ca. einhundert Jahre alten Gebäudekomplex mit vielen An- und Neubauten und Renovierungen sprechen kann (Focke, 2012). Als gemeinsamer Nenner wird häufig auf die Vorstellung eines dynamischen Unbewussten rekurriert. Behandlungstechnische Weiterentwicklungen anhand klinischer Fragestellungen (z.B. strukturbezogene oder mentalisierungsbasierte Psychotherapie) bringen dabei auch Veränderungen in den theoretischen Grundannahmen mit sich (z.B. das Konzept der Intersubjektivität).

Spannungsfelder

Die Diskussion um das Wissenschaftsverständnis der Psychoanalyse ist von Beginn an untrennbar mit den beiden spannungsvollen Gegensatz-Paaren Theorie vs. Praxis sowie Geistes- vs. Naturwissenschaft verbunden. Es geht um die „alte“, identitätsrelevante Frage: Steht in der Psychoanalyse, in ihrer Metapsychologie, mehr der geisteswissenschaftlich-hermeneutische, also der verstehende, auslegende und interpretierende Zugang im Mittelpunkt, oder steht über die direkte Erfahrung und Beobachtung mehr der empirische Zugang im Zentrum? So sah Freud von Anfang eine innere Zusammengehörigkeit, ein Junktum zwischen Theorie und Praxis (Freud, 1927, S. 293f.), und Dreher (1988) stellte die „epistemologische Grundsatzfrage“, was für eine Art Wissenschaft die Psychoanalyse eigentlich sei.

In erweiterter Darstellung (ausführlich bei Jungclaussen, 2019, S. 59f.) können wir folgende zehn Hypothesen zusammentragen:

Die Psychoanalyse ...

1. ist eine **Naturwissenschaft**, da das Unbewusste als eigenes System in der Natur existiert, so wie vor allem Freud dies mit Nachdruck sah (Freud, 1938, S. 143);
2. ist eine **hermeneutische Wissenschaft im Allgemeinen** (Lang, Dybel, Pagel, 2016; Mentzos, 1973);
3. ist eine im **Speziellen kritisch hermeneutische Sozialwissenschaft** im Sinne Lorenzers (1974), der meint, dass subjektive und gesellschaftliche Wirklichkeit nicht voneinander zu trennen sind;
4. ist eine **Dialogwissenschaft**, in deren Mittelpunkt Erzählungen zwischen zwei Menschen als Gegenstand der Erkenntnis stehen; sie ist dabei ein ausschließlich (inter-)subjektiv interpretierendes, kein nomothetisches Verfahren (Lorenzer, 1981, S. 493);
5. ist eine **tiefenhermeneutische Methode**, die menschliche Sinnzusammenhänge analysiert und als solche mehr als **Humanwissenschaft** zu verstehen ist (Habermas, 1968, S. 263);
6. ist ein Ansatz mit einer dialektischen **Sonderstellung/Zwischenstellung** zwischen hermeneutischer Geisteswissenschaft und Naturwissenschaft, in der eine strikte Trennung zwischen erklärenden und verstehenden Zugängen nicht möglich ist, wie u.a. Modell (1984) und Kuiper (1980) dies vertreten (vgl. auch Naatz, 2006);
7. ist ohne Überlegungen des **Strukturalismus** und der Linguistik nicht denkbar, da das Unbewusste wie eine Sprache strukturiert ist, wie Lacan dies postuliert (Lang, 1986);
8. ist gar keine „richtige“ Wissenschaft, sondern eher eine **Kunst oder ein Handwerk** (Dreher, 1988, S. 27);
9. ist eine **Pseudowissenschaft**, weil sich die Wahrheit ihrer Konzepte nicht falsifizieren lässt (Popper, 1966);
10. hat ein besonderes „**epistemologisches Gütezeichen**“ verdient, wie Zepf (2017, S. 20) vorschlägt, denn ihr Verzicht auf „Wahrheit“ wird der Einsicht von Bion (1970) gerecht, dass die Wahrheit prinzipiell nicht ermittelbar ist, sondern unformuliert außerhalb des Menschen liegt.

Beteiligen Sie sich am Diskurs und teilen Sie uns Ihre Meinung zur Psychoanalyse mit!

Umfrage-Link zu den zehn Hypothesen (Dauer ca. fünf Minuten):

www.soscisurvey.de/psychoanalyse

Die Psychoanalyse als Hermeneutik und Naturwissenschaft

In der Hauptdebatte, ob die Psychoanalyse eine Naturwissenschaft ist oder nicht, hilft die Unterscheidung, ob das Unbewusste nun als etwas Naturhaftes (im Sinne von *natura naturans*) oder als geschaffene Natur (*natura naturata*) zu verstehen sei (Zepf, 2017, S. 91–115). Im Lichte dieser Unterscheidung werden dann einige Missverständnisse aufklärbar: Wenn man das Unbewusste als etwas Naturhaftes versteht, das als eigenständiges und wirksames System natürlich existiert und das man entdecken und erforschen kann, so wie Freud dies reklamierte, dann erscheint die Psychoanalyse als Naturwissenschaft. Dennoch bleibt die psychoanalytische Methode als solche – also die Methode, „Daten“ in Form klinischer Beobachtungen zu analysieren und zu interpretieren – eine tiefenhermeneutische Methode (Habermas, 1968).

Zepf führt aus: Auch wenn dem Unbewussten „der Schein des Naturhaften anhaftet“, bleibt es doch für ihn „ein Stück *natura naturata*“ (2017, S. 112), also etwas vom Menschen Geschaffenes und von Freud begrifflich Ausdifferenziertes. Man könnte mit anderen Worten sagen, das Unbewusste ist ein gedankliches Konstrukt, mit dessen Hilfe man zusammen mit den Metatheorien menschliche Phänomene bedeutungsvoll verstehen und behandeln kann. Diese Vorstellung erinnert an die Überlegungen von Rudolf (2008, 2019), der auch meint, dass der Begriff des Unbewussten eine wichtige Metapher ist, um psychische Vorgänge zu veranschaulichen. Die Metapher des Unbewussten sollte dabei aber nicht mystifiziert werden. Aus dieser Perspektive wird das Unbewusste nicht als objektiver Sachverhalt verstanden, sondern als eine zielführende Konstruktion, ein zentrales metaphorisches Konzept, das dem grundlegenden Verständnis (heuristisch) dient.

Rudolf formuliert (2008) die Vorstellung einer Hilfskonstruktion: Die Mathematik wird in den Naturwissenschaften als Hilfswissenschaft verstanden und genutzt, um z. B. physikalische Prinzipien abbilden und berechnen zu können. Hier können wir zum Unbewussten eine Analogie sehen: Das Unbewusste gibt es vielleicht nicht als physischen Ort, aber es ist eine wichtige und nützliche Konstruktion, mit der psychische Prozesse beschrieben und verstanden werden können. Wir „rechnen“ im übertragenen Sinne mit dem Unbewussten, so wie die Physik mit der Mathematik rechnet. Aus dem Konzept des Unbewussten (als „Hilfskonstruktion“) leiten wir wichtige Handlungsanweisungen für die psychotherapeutische Behandlung ab.

Welchen Beitrag leistet die Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (OPD)?

Diese alte „Erklären vs. Verstehen-Debatte“ in der Psychoanalyse hat durch das Aufkommen der empirisch orientierteren psychodynamischen Psychotherapieforschung und schließlich mit der Einführung der Operationalisierten Psychodynamischen Diagnostik (OPD) seit den 1990er-Jahren neuen Auftrieb erhalten (vgl. OPD-2, 2014). Dabei versteht sich die OPD explizit als Beitrag zur empirischen Überprüfbarkeit psychodynamischer Konstrukte. Hierbei muss die OPD einen Spagat machen, d.h. sie muss und will einen Kompromiss leisten zwischen den Anforderungen der für eine Operationalisierung notwendigen Beobachtbarkeit psychoanalytischer Begriffe auf der einen und der Wiedererkennbarkeit psychoanalytischer Grundannahmen auf der anderen Seite.

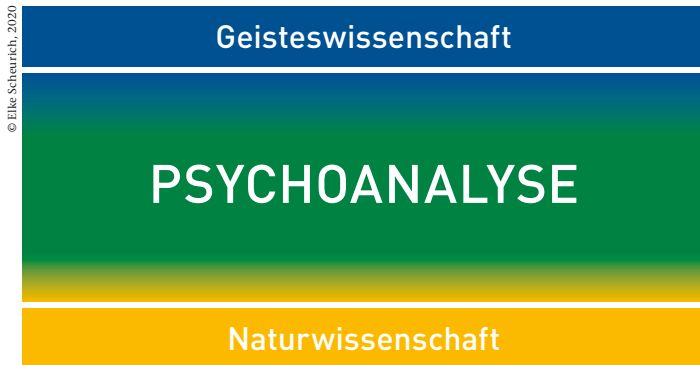
Bei diesem Spagat hilft der OPD ihr „Dosierprinzip“: So viel Theorie wie nötig, und so wenig wie möglich. Inwieweit der OPD dieser Spagat zwischen Theorie und Empirie gelingt, wird in Fachkreisen kontrovers diskutiert – eine Übersicht findet sich bei Jungclaussen (2018, S. 316–334). Wenn indes das psychoanalytische Störungs- und Heilungsverständnis darauf abzielt, biografisch erworbene Sinnzusammenhänge zu erschließen, dann wird beinahe zwangsläufig ein verstehender Ansatz erforderlich sein (Diskussion bei Zepf, 2017, S. 112f.).

Aus erkenntnistheoretischer Perspektive ist diese Frage jedoch nicht nur für die psychodynamischen Verfahren relevant, denn es lässt sich für alle Psychotherapien fragen, ob auf Beziehungsfaktoren beruhende Behandlungen überhaupt mit naturwissenschaftlichen Mitteln und Gesetzen überprüft werden können. Die auf Therapiebeziehungen abzielende Therapieforschung kommt zu dem Schluss, dass auf der Ebene der Wissenschaftstheorie Erneuerungen notwendig sind (vgl. Wampold & Imel, 2015 (deutsch: Wampold, Imel & Flückiger, 2018); Norcross & Wampold, 2018; Norcross & Lambert, 2018).

Das als „medizinisches (Meta-)Modell“ bezeichnete Paradigma lässt sich am ehesten mit einem naturwissenschaftlich-erklärenden Ansatz in Verbindung bringen. Um jedoch die komplexen intrapsychischen und interpersonellen Abläufe in menschlichen Beziehungen (und damit auch in therapeutischen Begegnungen) adäquat zu untersuchen, bedarf es auf der Ebene der Wissenschaftstheorie eines anderen, „kontextuelles (Meta-)Modell“ genannten Paradigmas, das eher einem verstehenden Ansatz zugeordnet werden kann.

Zwischenstellung der Psychoanalyse

Die zentrale These lautet, dass eine rigide Trennung zwischen empirisch-erklärenden und hermeneutisch-verstehenden Auffassungen in der Psychoanalyse nicht möglich ist, wenn man der Gefühlswelt des Menschen gerecht werden möchte (vgl. auch Modell, 1984; Kuiper, 1980). Die Psychoanalyse ist beides: In ihr kommen sowohl naturwissenschaftliche als auch hermeneutische (also geisteswissenschaftliche) Methoden zur Anwendung. Diese Dialektik ist bereits bei Freud angelegt, da seine zentralen theoretischen Begriffe einem Wechselspiel aus einem „verstehenden Eingehen, einem Nachvollziehen sozialer Konflikte und einer naturwissenschaftlich angeleiteten Ausrichtung auf Körperprozesse“ entspringen (Lorenzer, 1986, S. 1060). Der Begriff der **intermediären Position** (Zwischenposition) ist geeignet, diese besondere Stellung der Psychoanalyse zwischen beiden Seiten – zwischen Natur- und Geisteswissenschaft – zu beschreiben.



Die intermediäre Position der Psychoanalyse

Was bedeutet diese Zwischenstellung im klinischen Kontext?

Angesichts konkret zu beobachtender Symptome und Erzählungen der Patientin oder des Patienten stellen wir uns sowohl kausale als auch finale Fragen: Zum einen die nach ursächlichen Erklärungen (z.B.: Welcher unbewusste Konflikt könnte das aktuelle Verhalten begründen?). Zum anderen stellen wir uns die Frage nach finalen Erklärungen (also zu welchem unbewussten Ziel, mit welchem Sinn wird diese Abwehr eingesetzt?).

Eben diese zweigleisige Sichtweise vermittelt die spezifisch psychoanalytische bzw. psychodynamische Einsicht, dass Lebensgeschichten sowohl kausale als auch finale Faktoren enthalten. Bedeutungen müssen also ebenfalls von erklären-

den und verstehenden Methoden hergestellt werden. Es geht letztlich darum, Theorie und Erfahrung nicht „gegeneinander auszuspielen“, sondern zusammenzubringen. Vorschläge, wie dieses Miteinander von Empirie und Theorie am Beispiel der Konfliktdiagnostik gelingen kann, finden sich z.B. im Komplementären Modell Psychodynamischer Konflikt Diagnostik (KMK, Jungclaussen & Hauten, 2018; Jungclaussen, 2018; Jungclaussen, 2019).

Ausblick

Die aus dem Wissenschaftsverständnis abgeleitete Praxis von TP und AP zeichnet sich durch einen besonderen „theory-intervention-gap“ aus. Die theoretisch-geistige Durchdringung eines Falls spielt in der Psychoanalyse von jeher eine besonders große Rolle. Durch die Verästelung der psychoanalytischen Theorien bekommt aber diese theoretisch-geistige Durchdringung oft ein so hohes Abstraktionsmaß, dass auf der Ebene der therapeutischen Intervention oft unklar bleibt, welche konkreten Interventionen sich aus dem theoretischen Verständnis ableiten sollen. Im Unterschied zur bereits benannten hohen Ausdifferenzierung der psychoanalytischen Theorien steckt die psychodynamische Didaktik fast noch in den Kinderschuhen. Mit Blick auf die Direkt-Ausbildung dürfte dies für die psychoanalytisch-psychodynamischen Verfahren die größte Herausforderung der nächsten Jahrzehnte darstellen.

Seit der Jahrtausendwende liegt unterdessen ein stärkeres Augenmerk auf dem Konzept „Psychodynamische Psychotherapie“. In diesem Zuge ereignete sich auch eine Art Paradigmenwechsel in der Interventions-Vermittlung, indem in Lehrbüchern sehr konkret Interventionsmöglichkeiten aufgezeigt werden (z.B. Reimer & Rüger, 2000; Wöller & Kruse, 2001; Jaeggi & Riegels, 2008; Gumz & Hörz-Sagstetter, 2018a, 2018b; Boll-Klatt & Kohrs, 2018). Und trotz mancher Ambivalenzen bleibt die Psychoanalyse eine der interessantesten und differenziertesten Sichtweisen auf den Menschen, sein Leben und seine Kultur.

*Prof. Dr. Dipl.-Psych. Ingo Jungclaussen,
Fachhochschule des Mittelstands (Köln) sowie
Psychodynamische Didaktik (www.psy-dak.de)*

*Dipl.-Psych. Lars Hauten,
Psychologischer Psychotherapeut (TP/AP), Berlin*

Die Literaturliste ist unter www.vpp-aktuell.de/leseproben als Download verfügbar.

VPP



Berufsverband
Deutscher
Psychologinnen
und Psychologen

aktuell

VERBAND PSYCHOLOGISCHER PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND PSYCHOTHERAPEUTEN IM BDP E.V.

HEFT 50

September 2020



Wissenschaftsverständnis der Psychotherapie-Schulen