

PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



LEBEN

Das letzte Gespräch

Therapiestunde: Luna hat ein Treffen mit ihrem todkranken Onkel immer wieder hinausgezögert. Wie kann sie sich von den Schuldgefühlen zu befreien?

VON YASEMIN SOYTAS



03. SEP 2021

Manchmal gibt es Erfahrungen, die wir mit unseren Patientinnen und Patienten gemeinsam haben, allerdings ohne dass diese davon erfahren. Denn in der Regel erzählen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten nicht aus ihrem Privatleben. Diese Form der Zurückhaltung, die Abstinenz, beschreibt eine wichtige Grundhaltung in der psychoanalytischen Arbeit.

Kurz gesagt geht es darum, dass Therapeutinnen sowohl innerhalb als auch außerhalb der Behandlung darauf verzichten, ein eigenes privates Interesse jenseits der therapeutischen Rolle zu befriedigen. So ist etwa jegliche Kontaktaufnahme für private oder berufliche Zwecke genauso untersagt wie das Eingehen von intimen Beziehungen.

Abstinenz als Haltung

Das war nicht immer so. In den Anfängen der Psychoanalyse entstanden immer wieder intime Kontakte zwischen Therapeuten und Patienten, weil man mit den schädigenden Auswirkungen noch wenig Erfahrung hatte. Es folgte eine Zeit, in der sich eine sehr strenge Auffassung von Abstinenz entwickelte. Dies führte bei manchen Analytikerinnen zu einem kühlen, abweisenden Verhalten, welches sogar belastend für die Behandlung sein konnte.

Heute versteht man Abstinenz nicht mehr als strikte emotionale oder persönliche Neutralität, sondern als technische Haltung. Damit schützen wir den therapeutischen Bereich, den Patientinnen mit all ihren Nöten, ungeklärten Konflikten und verdrängten Gefühlen brauchen, und ermöglichen die Erfahrung einer neuen, entwicklungsfördernden Beziehung. Und so kann es in seltenen Fällen auch im Sinne der Behandlung sein, dass sich der Analytiker einmal zu erkennen gibt. So wie letztens in der Sitzung mit Luna.

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

GESELLSCHAFT

Das Spiel mit der Deutung

Das Spiel mit der Psychose

Immer mehr Computerspiele setzen sich differenziert mit psychischen Störungen auseinander. Was bedeutet das für die öffentliche Wahrnehmung?

BEZIEHUNG

Sich wieder nah sein

Viele Partner entfernen sich im Laufe ihrer Beziehung voneinander. Die emotionsfokussierte Paartherapie zeigt, wie sie wieder zueinander finden.

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Habe ich Borderline?

Elinor Greenberg beschreibt die narzisstische und die Borderline-Persönlichkeitsanpassung als Reaktion auf unerfüllte kindliche Grundbedürfnisse.

2 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

3 LEBEN

Ruhe im Kopf

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.