

Thomas H. Ogden
Lebendig werden im Therapieraum

Das Anliegen der Buchreihe BIBLIOTHEK DER PSYCHOANALYSE besteht darin, ein Forum der Auseinandersetzung zu schaffen, das der Psychoanalyse als Grundlagenwissenschaft, als Human- und Kulturwissenschaft sowie als klinische Theorie und Praxis neue Impulse verleiht. Die verschiedenen Strömungen innerhalb der Psychoanalyse sollen zu Wort kommen, und der kritische Dialog mit den Nachbarwissenschaften soll intensiviert werden. Bislang haben sich folgende Themenschwerpunkte herauskristallisiert: Die Wiederentdeckung lange vergriffener Klassiker der Psychoanalyse – wie beispielsweise der Werke von Otto Fenichel, Karl Abraham, Siegfried Bernfeld, W. R. D. Fairbairn, Sándor Ferenczi und Otto Rank – soll die gemeinsamen Wurzeln der von Zersplitterung bedrohten psychoanalytischen Bewegung stärken. Einen weiteren Baustein psychoanalytischer Identität bildet die Beschäftigung mit dem Werk und der Person Sigmund Freuds und den Diskussionen und Konflikten in der Frühgeschichte der psychoanalytischen Bewegung.

Im Zuge ihrer Etablierung als medizinisch-psychologisches Heilverfahren hat die Psychoanalyse ihre geisteswissenschaftlichen, kulturalistischen und politischen Bezüge vernachlässigt. Indem der Dialog mit den Nachbarwissenschaften wiederaufgenommen wird, soll das kultur- und gesellschaftskritische Erbe der Psychoanalyse wiederbelebt und weiterentwickelt werden.

Die Psychoanalyse steht in Konkurrenz zu benachbarten Psychotherapieverfahren und der biologisch-naturwissenschaftlichen Psychiatrie. Als das ambitionierteste unter den psychotherapeutischen Verfahren sollte sich die Psychoanalyse der Überprüfung ihrer Verfahrensweisen und ihrer Therapie-Erfolge durch die empirischen Wissenschaften stellen, aber auch eigene Kriterien und Verfahren zur Erfolgskontrolle entwickeln. In diesen Zusammenhang gehört auch die Wiederaufnahme der Diskussion über den besonderen wissenschaftstheoretischen Status der Psychoanalyse.

Hundert Jahre nach ihrer Schöpfung durch Sigmund Freud sieht sich die Psychoanalyse vor neue Herausforderungen gestellt, die sie nur bewältigen kann, wenn sie sich auf ihr kritisches Potenzial besinnt.

BIBLIOTHEK DER PSYCHOANALYSE
HERAUSGEGEBEN VON HANS-JÜRGEN WIRTH

Thomas H. Ogden

Lebendig werden im Therapieraum

**Auf dem Weg
zu einer ontologischen Psychoanalyse**

Übersetzung aus dem Englischen
von Isolde Böhme und Richard Rink

Psychosozial-Verlag

Titel der englischen Originalausgabe:
Coming to Life in the Consulting Room. Toward a New Analytic Sesibility
First published 2022 by Routledge
© 2022 Thomas H. Ogden

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Deutsche Erstausgabe
© 2025 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Gesetzlich vertreten durch die persönlich haftende Gesellschaft Wirth GmbH,
Geschäftsführer: Johann Wirth
Walltorstraße 10, 35390 Gießen, Deutschland
06 41 96 99 78 0
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: © dreamleigh/Unsplash
Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar
Druck und Bindung: Druckhaus Bechstein GmbH,
Willy-Bechstein-Straße 4, 35576 Wetzlar, Deutschland
Printed in Germany

ISBN 978-3-8379-3359-8 (Print)
ISBN 978-3-8379-6340-3 (E-Book-PDF)
ISSN 2364-0588 (Print)
ISSN 3053-4801 (Digital)

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	11
Bemerkungen zum Sein und Werden	
1 Ontologische Psychoanalyse oder: »Was willst Du werden, wenn Du mal groß bist?«	21
2 Das Gefühl des Realen	47
Über Winnicotts »Die Frage des Mitteilens und des Nicht-Mitteilens führt zu einer Untersuchung gewisser Gegensätze«	
3 Wie ich mit meinen Patienten spreche	73
4 Noch einmal: Zum Konzept der Destruktion	89
Zu Winnicotts »Objektverwendung und Identifizierung«	
5 Die analytische Stunde träumen	119
Ein klinischer Essay	
6 Eine Überarbeitung von analytischem Denken und analytischer Praxis	141
Die Entwicklung einer analytischen Theorie der Psyche	
7 Sprache und Wahrheit in der Psychoanalyse	169

8	Die Dichtung von Robert Frost und Emily Dickinson erleben	185
9	Analytisches Schreiben als eine Form der Fiktion	193

Vorwort

Dieses Buch beschreibt als Ganzes eine Strömung in der aktuellen Psychoanalyse, eine Bewegung hin zu einem neuen und fruchtbaren analytischen Sich-Einstimmen, um aufnehmen und fassen zu können, was in der analytischen Stunde geschieht. Dieses Sich-Einstimmen fördert bei Patient¹ oder Patientin und Analytiker oder Analytikerin die Entfaltung psychischer Verfassungen, durch deren Auftauchen im analytischen Prozess sie lebendiger sein und werden können. Dieses neue Sich-Einstimmen lässt sich als Wechselspiel zweier nicht zu trennender Dimensionen psychoanalytischen Denkens und Arbeitens zeigen. Eine dieser Dimensionen, die ich *epistemologische Psychoanalyse* nenne (die mit Wissen und Verstehen zu tun hat) wurde von Freud und Klein eingeführt; für die andere, die *ontologische Psychoanalyse* (die mit Sein und Werden zu tun hat), haben Bion und Winnicott bahnbrechende Arbeit getan und sie ausgearbeitet (Einführung und Kapitel 1). Bions und Winnicotts Verschiebungen des Schwerpunkts vom Epistemologischen hin zum Ontologischen stehen für einen revolutionären Wandel in der psychoanalytischen Theorie und Praxis. Ziel der ontologischen Psychoanalyse ist es, die *Erfahrung* des Patienten oder der Patientin zu fördern, *sich kreativ selbst zu entdecken, von mehr Lebendigkeit erfüllt zu sein oder zu werden, mehr er oder sie selbst zu sein*.

Ich bringe meine »kreativen Lesarten« (Kapitel 2 und 4) von zwei von Winnicotts schöpferischen Arbeiten ein – »Die Frage des Mitteilens und Nicht-Mitteilens führt zu einer Untersuchung gewisser Gegensätze« (2006) und »Objektverwendung und Identifizierung« (2010) –, die beide

1 Anm. d. Ü.: Wir verwenden im ganzen Buch für *patient* und *analyst* (sowie an einigen Stellen für *author* bzw. *thinker*), auf die sich Ogden auch mit wechselnden Pronomen bezieht, sodass offenkundig Patienten, Patientinnen, Analytiker, Analytikerinnen, Autoren und Autorinnen aller Geschlechter gemeint sind, die verschiedenen Formen im Wechsel.

damit befasst sind, was dazugehört, damit Erfahrung »alles Gefühl des Realen« (Ogden, 2020, S. 71) in sich tragen kann. Obwohl diese Arbeiten vor mehr als 50 Jahren geschrieben wurden, kommt ihnen für die Bewegung in der Psychoanalyse, die mich in diesem Buch beschäftigt, eine Schlüsselbedeutung zu.

Zwei Kapitel (Kapitel 3 und 5) widmen sich der Art und Weise, wie ich als Psychoanalytiker arbeite. Ich versuche hier, den Lesern einen Eindruck von dem zu vermitteln, was gemeint ist, wenn ich sage, wir müssten die Psychoanalyse für jeden Patienten und jede Patientin neu erfinden. Ganz spontan finde ich mit jedem Analysanden einen anderen Ton, wie wir mit Mutter, Vater, Bruder, Schwester oder einem nahen Freund ganz unmittelbar verschieden sprechen. Im Gespräch mit einer Patientin bin ich lebendig da in dem Geschehen, *mit ihr* die Aspekte ihres Lebens zu *erleben*, die sie bisher nicht zu leben vermochte. Wenn ich mit einem Patienten spreche, *beschreibe* ich das, was nach meinem Empfinden geschieht, und *erkläre* wenig. Ein »Nicht-dabei-Sein« in einer Sitzung verstehe ich nicht als mein Versagen, sondern als eine Chance. Psychoanalyse ist für mich ein ko-kreativer Prozess von Analytiker und Patient auf einer unbewussten Ebene, bei dem man auf die Reverie, das Wachträumen, nicht verzichten kann. Meine Reverien gehören für mich zu den lebendigsten, realsten, überraschendsten, am meisten wachstumsfördernden, schwierigsten und schmerzhaftesten Teilen der Sitzung.

Die beiden folgenden Kapitel (Kapitel 6 und 7) erkunden zwei Entwicklungen der analytischen Theorie: den Wandel der analytischen Konzeption der Geburt der Psyche und die Rolle, die die Sprache beim intuitiven Erfassen dessen spielt, was in der analytischen Stunde geschieht. Was die analytische Theorie der Psyche (Kapitel 6) anlangt, sehe ich eine entscheidende Wendung im analytischen Denken zwischen Freuds, Kleins und Fairbairns Konzeption der Psyche als »Denkapparat«, und der von Winnicott und Bion entwickelten Konzeption der Psyche als *einem lebendigen Prozess*, der seinen Ort im Geschehen der Erfahrung selbst hat.

Bedenke ich den Umgang mit Sprache, ist es die Kontur des analytischen Dialogs mit den Kontinuitäten und Diskontinuitäten, den tangentialen Berührungen und den *non sequitur*-Figuren, die ein Medium darstellen, damit Patientin und Analytikerin etwas austauschen können, was in anderer Weise nicht sagbar ist.

Ich beende dieses Buch mit der Einladung an die Lesenden, mir auf meinen Streifzügen in Sphären zu folgen, in denen Träumen und Erleben,

Sein und Werden seit jeher im Zentrum stehen. In diesem Sinn befasse ich mich zunächst mit der Lyrik von Robert Frost und Emily Dickinson (Kapitel 8) und wende mich dann der Erfahrung psychoanalytischen Schreibens zu (Kapitel 9).

Literatur

- Ogden, T.H. (2020). Das Gefühl des Realen. Über Winnicotts »Die Frage des Mitteilens und Nicht-Mitteilens führt zu einer Mitteilung gewisser Gegensätze«. In K. Münch (Hrsg.), *Internationale Psychoanalyse. Band 15: Einklang und Vielstimmigkeit. Ausgewählte Beiträge aus dem International Journal of Psychoanalysis* (S. 63–87). Psychosozial-Verlag.
- Winnicott, D.W. (2006 [1963/1965]). Communicating and not communicating leading to a study of certain opposites. In ders., *The maturational processes and the facilitating environment* (S. 179–192). International Universities Press. Dt.: Die Frage des Mitteilens und Nicht-Mitteilens führt zu einer Untersuchung gewisser Gegensätze. In ders., *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt* (S. 234–253). Aus dem Englischen von Gudrun Theusner-Stampa. Psychosozial-Verlag.
- Winnicott, D.W. (2010 [1969]). The use of an object and relating through identifications. In ders., *Playing and reality* (S. 86–94). Basic Books. Dt.: Objektverwendung und Identifizierung. In ders., *Vom Spiel zur Kreativität* (S. 101–110). Klett-Cotta.

Einleitung

Bemerkungen zum Sein und Werden

Im Kern dessen, womit ich mich in diesem Buch befassen werde, liegt die Frage »Was willst Du werden, wenn Du mal groß bist?« Diese Frage tarnt sich gewissermaßen mit dem Interesse an beruflichen Ambitionen, doch eigentlich ist sie eine Frage nach der grundlegenden Verfasstheit eines Menschen, was Sein und Werden betrifft: »Wer (welche Art von Person) willst Du *jetzt, in diesem Moment*, sein, und welche Art von Person möchtest Du werden?«

»Groß werden« erfordert Willenskraft im Zusammenspiel mit unbewusster psychischer Arbeit, die nur mit der Hilfe von Eltern gelingt, welche die psychische Entwicklung auch fördern. Das Bedürfnis, groß zu werden, zeigt sich als eine starke, unnachgiebige Kraft in unserem Inneren, das uns dazu treibt, gegen die Mauern innerer und äußerer Beschränkungen anzurennen, um größere Tiefe und Breite hinsichtlich dessen zu erreichen, wer wir sind und wer wir werden können. Diese inneren Beschränkungen, die Grenzen unserer gegenwärtigen Persönlichkeit, gegen die wir kämpfen, sind zahlreich und vielfältig. Es fällt uns schwer, den Glauben an die Macht unserer Eltern, uns auf magische Weise zu beschützen, und an unsere eigene magische Potenz, eine idealisierte Version unserer selbst erreichen zu können, aufzugeben. Es verstört uns, erkennen zu müssen, dass wir uns entgegen unseren Interessen hartnäckig an destruktive Teile unserer selbst, unserer inneren und äußeren Eltern, unseres sozialen Systems und unserer Kultur klammern. Aufwachsen, mehr und mehr wir selbst werden, erfordert, dass wir nicht nur unseren Griff lockern, der die Identifizierungen mit sowohl gesunden als auch pathologischen Aspekten unserer Eltern festhält, sondern dass wir »das Leben in ihnen töten – nicht mit einem Schlag und nicht in jeder Hinsicht, aber so, dass es zu ihrem Sterben beiträgt« (Loewald, 1979/1980, S. 395).

Während wir uns gegen diese äußeren und inneren Beschränkungen auf-

lehnen, erleben wir nicht nur Gefühle von Angst und Unsicherheit, wir bemerken auch ein Hochgefühl dabei, die Sitten, Werte, Ängste und Ambitionen unserer Eltern, sowie die Möglichkeiten, wie sie sich ausdrücken konnten, zu revidieren (und bisweilen umzustürzen). Wir fühlen Freude, Befriedigung und Triumph darin, die Rolle und Identität des Kindes abzustreifen und unseren Platz als erwachsenes Mitglied der *gegenwärtigen* Generation einzunehmen, einer Generation mit ihren eigenen Ansichten und Wertvorstellungen, ihren eigenen nie zuvor denkbaren Kunstformen (z. B. im Bereich Musik, Tanz, Literatur oder Wissenschaft), ihrem eigenen Verständnis von Gerechtigkeit, Gleichberechtigung, Demokratie und allen anderen moralischen Systemen, und selbst in den Qualitäten von Gefühlen, die erlebt werden können.

All dies, dieses ganze Spektrum von Fühlen und Denken – die Ängste und Zweifel genauso wie Freude und Triumph –, ist wesentlich für das und untrennbar von dem, was die Gewalt des Groß-Werdens mit sich bringt.

Wenn man die Frage »Was willst Du werden, wenn Du mal groß bist?« untersucht, dann wird klar, dass das Wort »willst« eingeschränkt wird von den Umständen, in die man hineingeboren wird, Umstände, die zugleich unvermeidlich und zufällig sind. So ist es z. B. gewissermaßen unvermeidlich, dass wir, als Ergebnis des genetischen Zusammenspiels unserer Eltern, Mitglieder der Familie sind, in die wir hineingeboren wurden, und dass wir von den kulturellen Wurzeln und Praktiken dieser Familie geprägt werden; und gleichzeitig erscheint es aus einer anderen Perspektive als bloßer Zufall, dass wir die Kinder der Eltern sind, die wir bekommen haben (Eltern, die sich mehr oder weniger zufällig getroffen und einen menschlichen Embryo geschaffen haben). Das Gefühl von Unvermeidlichkeit, wenn wir in die Lage kommen, unsere Lebensumstände zu betrachten, bezieht sich auch auf die ökonomische und soziale Situation, in die wir hineinkommen. Aus dieser Perspektive kommt dem Zufall in all seinen Formen eine große Rolle zu. Er beschränkt, welche Person wir uns vorstellen können zu werden, und auch davon, wer wir werden *wollen* (uns anstrengen zu werden). Manchen Kindern und Erwachsenen wird es gelingen, die Grenzen der Persönlichkeiten ihrer Eltern und der sozialen, kulturellen, ökonomischen und politischen Umstände, in die sie hineingeboren wurden, weitestgehend zu überwinden. Das soll nicht bedeuten, dass sie ihre Identität ablegen und eine neue annehmen, denn das hieße, jemand anders zu werden und die eigene Existenz auszulöschen. Was ich meine, ist eher: Obwohl wir nie ganz frei von der Realität der

äußeren Umstände sind, sind wir auch nicht ganz und gar Sklaven der Umstände.

Mir kommt im Zusammenhang mit der Komplexität der Frage »Was bzw. wer willst Du werden, wenn Du mal groß bist?« ein Patient in den Sinn, mit dem ich einmal eine Analyse gemacht habe. Er war Einzelkind, geboren in eine Familie, in der seine Eltern emotional abwesend waren, voll und ganz eingenommen von dem Krieg, den sie gegeneinander führten. Der Patient sagte mir in der ersten Stunde: »Ich habe mich selbst großgezogen.« Sehr früh in der Analyse begann Herr M, mich unerbittlich anzuklagen, dass ich nicht hilfreich für ihn war: »Die Analyse bringt mir nichts.« Er machte es sich zur Gewohnheit, die Vorwürfe fortzusetzen, während er das Zimmer verließ, wobei er die Stunde oft um eine, zwei oder drei Minuten ausdehnte. So ging es über ein Jahr lang.

Regelmäßig stellte ich mir vor, wie ich diesem Patienten entgegne, er könne gehen und sich einen Analytiker suchen, der in der Lage wäre, ihm zu helfen. Aber mit der Zeit begann ich, Herrn M zu mögen und zu respektieren, und sein Beharren darauf, dass er keine Fortschritte in der Analyse macht, erschien mir mehr und mehr wie ein Wunsch, dass die Analyse niemals enden würde (weil sie, in seiner Phantasie, noch gar nicht begonnen hatte). Er weigerte sich (in seinen Worten), »um eine echte Analyse betrogen zu werden«. Sein Gefühl, von mir betrogen zu werden, verstand ich als unbewussten Ausdruck seines Bestehens darauf, nicht (noch einmal) um seine Kindheit gebracht zu werden. Nach einigen Jahren, als seine Geringschätzung von mir und der Analyse sogar ihm überholt zu sein schien, sagte ich: »Ich denke, dass Ihre Weigerung zu gehen, bevor Sie bekommen haben, was Ihnen rechtmäßig gehört – eine echte Analyse, eine ganze Stunde –, der gesündeste Teil von Ihnen ist.« Herr M fragte, ob ich mich über ihn lustig machen würde. Ich antwortete: »Es ist mir ernst wie nie.« Als wir dann über seine Wut auf mich gesprochen hatten, und er eingeräumt hatte, dass es ihm manchmal gefiel, wütend zu sein, hörte er auf, unsere Stunden wie zuvor auszudehnen (ein Umstand, den keiner von uns je erwähnte).

Später in unserer gemeinsamen Arbeit sprach Herr M nicht selten von diesen ersten Analyse-Jahren. An einem Punkt sagte er einmal, er sei »kindisch« gewesen. Ich antwortete: »Das sehe ich anders. Ich würde sagen, Sie waren das Kind, das Sie sein mussten.«

Herr M spürte, so glaube ich, dass er nicht wirklich groß werden konnte, ohne eine Form von Kindheit in der Beziehung zu mir erlebt zu haben

(natürlich hätte er die Situation wohl nicht in diesen Worten beschrieben). Meine Erfahrung aus der Arbeit mit Patienten² ist, dass es unmöglich ist, eine Entwicklungsphase zu »überspringen« (d. h., auf sie zu verzichten); kein lebendes Wesen – Pflanze oder Tier – kann das. Herr M hatte sich »selbst großgezogen«, aber nur *scheinbar*. Ich glaube, dass die Unmöglichkeit, eine Entwicklungsphase zu überspringen (in Herrn Ms Fall: auf eine gelebte Kindheit mit emotional berührbaren und mitgehenden Eltern zu verzichten), in jeder psychischen Entwicklungsphase gilt: Eine solche nicht erlebt zu haben, wirkt in hohem Maß verzerrend und verhindernd auf nachfolgende Erfahrungen des Aufwachsens.

Meiner Ansicht nach stellt die Symptombildung einen Weg dar, wie Patientinnen das Problem, groß zu werden, lebendig zu werden, aufschieben. Individuen, für die Symptome diese Funktion erfüllen – das tun sie bis zu einem gewissen Grad für uns alle –, wissen nicht, wie sie die nächsten Schritte des Aufwachsens tun sollen, weil sie zu wenig Erfahrung mit einer Pflegeperson gemacht haben, die sich mit ihnen in einer Weise des Seins hätte befassen können, die weiter entwickelt gewesen wäre als ihre eigene. So gesehen halten Patienten an ihren Symptomen fest, ihren geschlossenen Kreisläufen des Denkens und Verhaltens, weil sie nicht wissen, was sie sonst tun könnten.

Mir scheint es irreführend, das hartnäckige Festhalten an Symptomen vor allem auf die narzisstische Befriedigung zurückzuführen, die Patientinnen daraus gewinnen, Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen (was oft herablassend als »sekundärer Krankheitsgewinn« bezeichnet wird); auch »widersetzen« sie sich nicht den Mühen ihrer Analytikerinnen, analytisch zu arbeiten; weder versuchen sie »die Analyse und die Analytikerin zu töten«, noch suchen sie in »seelischen Rückzugsorten« Zuflucht, um sich vor dem, was in der Übertragung geschieht, zu schützen. Ich verstehe die Symptome von Patienten eher als Markierungen, »wo die Toten vergraben wurden«, d. h., wo etwas davon, wer die Person ist und wer sie werden könnte, das Exil oder den Tod gefunden hat (für eine weitere Diskussion von Symptombildung siehe Ogden & Gabbard, 2010; sowie Kapitel 6).

Wenn wir es mit Selbstanteilen zu tun haben, die lebendig begraben

2 Anm. d. Ü.: Wir verwenden im ganzen Buch für *patient* und *analyst* (sowie an einigen Stellen für *author* bzw. *thinker*), auf die sich Ogden auch mit wechselnden Pronomen bezieht, sodass offenkundig Patienten, Patientinnen, Analytiker, Analytikerinnen, Autoren und Autorinnen aller Geschlechter gemeint sind, die verschiedenen Formen im Wechsel.