



DIE HINWENDUNG ZUM SELBST  
EINE THEORIE DER SELBSTBEZIEHUNG UND IHRE IMPLIKATIONEN  
IN ENTWICKLUNG UND PSYCHOTHERAPIE

Ursprüngliche Publikation Davis, W. (2015). The Return to the self: A self oriented theory of development and psychotherapy. *International Body Psychotherapy Journal*, 14(2), 28-47.

Übersetzung und Textbearbeitung: J. A. Davis & L.A. Davis

**Abstrakt**

Meines Erachtens, wird das Objekt in der Psychotherapie überbewertet. In diesem Artikel führe ich acht Prinzipien einer Theorie der Selbstbeziehung ein: (1) Es existiert ein angeborenes, selbstorganisierendes Endoselbst; (2) Das Selbst, nicht das Objekt, ist das Ziel des Triebs; (3) Das Selbst, nicht der andere, ist die organisierende Instanz unseres Erlebens; (4) Die Beziehung zu uns selbst ist die primäre Beziehung; (5) Das Selbst erzeugt das Objekt; (6) Das Selbst erzeugt das Objekt, um seine Lust bzw. seine Wünsche zu befriedigen, nicht um seine Bedürfnisse zu stillen; (7) Das Objekt befriedigt nicht; (8) Die Fähigkeit zur Trennung ist ebenso wichtig, wie die Fähigkeit zur Bindung.

*Schlagwörter:* Selbstbeziehungstheorie, Reich, Instroke, autoreferentiell, Default Mode Network, Hirnstamm-Bewusstsein



## EINLEITUNG

Meiner Erachtens, wird der Rolle des anderen — als wesentlich formende Instanz — im Bereich der Entwicklungspsychologie und Psychotherapie zu viel Bedeutung beigemessen. Im Gegenteil hierzu stelle ich verschiedene Gründe dar, die auf die Existenz eines primären, subjektiven Zustands hinweisen. Dieser Zustand ist ein kohärentes Gefühl von Selbstexistenz. Es existiert bereits a priori, bevor Beziehungen zu anderen, eingegangen werden (Davis, 2014). Die Entwicklung dieses autopoietischen Selbst, wird durch die Beziehungen zu anderen gefördert. In diesem Verständnis, soll die Bedeutsamkeit des anderen nicht in Frage gestellt, sondern neu definiert werden. Es gibt wachsende Evidenz für autopoietische, selbstregulierende Prozesse in der Entwicklung des Kleinkindes und für das Selbst, als organisierende Instanz seines Erlebens (Beebe, in Mitchell, 2000; deCasper & Fifer, in Mitchell, 2000; Hepner, 2002; Kouider, 2013; Laeng & Sulutvedt, 2013; Laeng, Sirois & Gredebäck, 2012; Stern, 1998). Ich nenne diese Instanz das Endoselbst, um seinen interozeptiven Aspekt zu betonen (Davis, 2014). Die Selbstbeziehungstheorie wird in und durch das Endoselbst begründet — eine "Hinwendung zum Selbst".

Psychotherapie im allgemeinen und die Objektbeziehungstheorie im besonderen, betonen die Bedeutsamkeit des anderen. Somit ist das Objekt, die schöpferische Kraft im Entwicklungsprozess. Dennoch können wir beobachten, wie sich das Kleinkind aktiv zu einem Objekt hinwendet und sich auch aktiv von ihm wieder abwendet (Mahler, 1972). Damit stellt sich berechtigterweise die Frage, inwieweit Kleinkinder an ihrer eigenen Entwicklung teilnehmen: Sind sie aktiv, rezeptiv oder nur passiv ?

Wie ein roter Faden durchläuft die Überbetonung des anderen, die Geschichte der Psychologie. In den 30er Jahren, vertrat der Verhaltenstherapeut J. Watson (1930) sogar die radikale Ansicht, man könne eine Person "kreieren":

Geben Sie mir ein dutzend gesunde, wohlgeformte Kinder und die Möglichkeit, sie in meiner eigenen spezifischen Welt, gross zu ziehen. Ich garantiere Ihnen, dass ich eins zufällig auswählen und es dazu erziehen kann, jede Art von Spezialist zu werden, die ich bestimmt habe — Arzt, Rechtsanwalt, Künstler, Kaufmann und, ja, sogar ein Bettler und Dieb, ganz unabhängig von seinen Talenten, Neigungen, Tendenzen, Fähigkeiten, Begabungen und der Rasse seiner Vorfahren. S. 82

Auch im Jahre 1955, musste Gordon Allport, der Vorsitzende der American Psychological



Association, für die Existenz und Relevanz des Selbst in der Psychologie, argumentieren (Strauss & Goethals, 1991, S. 5). Trotz späterer Arbeiten von Maslow (1968), Rogers (1978) und Kohut (2001) wurde nicht nur das Selbst, sondern auch seine Beteiligung an seiner Entwicklung weiterhin übersehen. Ausserdem ermutigte die Überbetonung des Objekts, eine Überbetonung der Rolle des\_der TherapeutIn im psychotherapeutischen Prozess. Fairbairn (1941) ging sogar davon aus, dass letztendlich das Objekt das Ziel der libidinösen Strebungen sei.

Die Theorie der Selbstbeziehung ist das Gegenstück zur Objektbeziehungstheorie. Wie schon erwähnt, soll die Bedeutung des anderen nicht bestritten werden; es handelt sich lediglich darum, die Überbetonung dessen zu vermeiden. In der kreativen, pulsierenden Dynamik von Entwicklung und Genesung sind beide — Subjekt und Objekt — notwendig. Das Objekt ist nicht Ursache der Entwicklung, wird aber weiterhin als entscheidend hierfür anerkannt. Sogar Affen, die isoliert aufwachsen, können kein Selbstgefühl entwickeln (Mitchell, 2000). Die Entwicklung des Selbst ist keine individuelle Angelegenheit. Sie ist von bestimmten Gegebenheiten in einer Beziehung abhängig. “Es besteht die Tendenz, das Selbst, als Individuum, getrennt vom anderen, zu betrachten. Aber das wahre Selbst kann nur in Beziehung entstehen: Intersubjektivität“ (Ryan, 1991, S. 221).

Die Beteiligung des Selbst an seiner Entwicklung und seinem Genesungsprozess ist von kritischer Bedeutung. Entwicklung und Therapie basiert auf dem, was das Selbst *erlebt*, nicht auf dem, was der andere *tut*. Die Theorie der Selbstbeziehung entfernt sich von einem pathologisch-orientierten, medizinischen Modell und wendet sich dem zu, was Maslow (1968) Positive Psychologie nannte.

## **ACHT PRINZIPIEN EINER THEORIE DER SELBSTBEZIEHUNG**

### **1 DAS ENDOSELBST**

Das Endoselbst ist ein frühes, kohärentes, selbstorganisierendes, "verkörpertes" (embodied) Selbst, dass a priori, zur Beziehung zu anderen existiert (Davis, 2014). Beweggründe für und Hinweise auf ein Konzept des Endoselbst werden auch in anderen Fachrichtungen angeführt. Maslow's (1968) Seinszustände (being states), Guntrip's (in Buckley, 1986, S. 466) innerer Kern der Individualität (inner core of selfhood), Winnicott's (in Buckley, 1986) incommunicado Kern (incommunicado core), Loewald's (in Mitchell, 2000, S. 42) „primäre Erfahrung, die am besten als Sein beschrieben werden kann“ etc., suggerieren alle ein tieferes Selbst, Sein bzw.



Bewusstsein. “[...W]enn Du lebst, hast Du Bewusstsein.“ (in Maturana & Varela, 1972, S. v) und somit können wir annehmen, dass “[...] mit Existenz Bewusstsein einhergeht.“ (Jantsch, 1979, S. 10). Es wird zunehmend deutlicher, dass vor der Entwicklung kortikaler Aktivität, d.h. vor Kognition und Sprache Subjektivität im Fötus vorhanden ist. Affektsysteme konzentrieren sich in den subkortikalen Regionen (Konferenz über Bewusstsein in Cambridge, 2012).

Solms und Panksepp (2012) erläuterten ebenfalls die Bedeutsamkeit sogenannter subkortikaler Energien. Infolgedessen forderten sie eine Reorganisation der Konzepte des Bewusstseins bzw. des Unbewussten. Sie postulieren, dass ein affektiver Kern des Bewusstseins im Hirnstamm existiert, der allen Säugetieren gemein ist. Weiterhin argumentieren sie, dass die höheren kortikalen Funktionen — Kognition, Sprache und Repräsentation — auf diesem "Untergeschoss" des affektiven Bewusstseins aufbauen (siehe hierzu Kap. 3 Das affektive Kernbewusstsein, der Instroke und das Endoselbst <sup>1</sup>).

Freud “[...] nahm an, dass das Ego das Es aufklärte. Heute scheint das Gegenteil wahrscheinlicher zu sein“ (Solms & Panksepp, 2012, S. 168). Der Sitz des Bewusstseins — das deklarative, abstrakte, kortikale, repräsentierte Selbst — scheint unbewusst an sich zu sein. Diese Erkenntnisse verändern Freud's Darstellung des Eisbergs, in dem die Spitze für das Bewusstsein und der unter dem Wasser liegende Teil für das Unbewusste steht. Stellen wir uns es einfach vor: Üblicherweise wird das Ich bzw. Ego, auf Sprache und Repräsentation im Kortex angesiedelt und wurde als Lokus des Bewusstseins verstanden. Das Unbewusste — der Teil des Eisbergs, der sich unter Wasser befindet, wurde als das Es gesehen, das vom Ich kontrolliert wird. Hier wird das Gegenteil suggeriert: Bewusstsein ist, im sogenannten Unbewussten bzw. im Es begründet. Der Hirnstamm ist der Sitz des Bewusstseins und das Ego wird lediglich vom Hirnstamm informiert. Es tut, was ihm vermittelt wird und versucht, die vom Hirnstamm formulierten Anfragen zu befriedigen: Das kortikale Ichbewusstsein dient dem Hirnstamm-Bewusstsein (Solms & Panksepp, 2012).

Von besonderem Interesse für uns, ist Solms und Panksepp's (2012) Differenzierung *zweier* Quellen von interner Körperwahrnehmung. Im klassischen Modell, wird der Körper in der Insula Kortex, durch den Homunkulus repräsentiert. Er wird üblicherweise, als internes, subjektives Körperbild unseres "Selbst" gesehen. Die Autoren argumentierten folgendermassen: Da der

---

<sup>1</sup> Für ein Gegenargument, siehe Gallese, 2013.



Homunkulus sich in denselben Hirnfunktionen, wie alle anderen Objekte befindet, handelt es sich hierbei, um eine Repräsentation des *externen* Körper, ein "Objekt". Der wahrhaft *interne*, subjektive Körper ist jedoch im affektiven Bewusstsein des Hirnstamms situiert und zwar nicht als Objekt, *sondern als "Subjekt"* der Wahrnehmung. Dieses Subjekt nenne ich das Endoselbst. "Der interozeptive Hirnstamm [...] generiert eher interne 'Zustände', als externe 'Objekte' der Wahrnehmung. Dies erlaubt die Entstehung eines 'Seinszustand' und dieser Aspekt ist das *Subjekt* der Wahrnehmung" (Solms & Panksepp, 2012, S. 156).

Als körperorientierte PsychotherapeutInnen, müssen wir uns die Frage stellen, mit welchem Körper wir arbeiten: Dem extern-orientierten "Körper-Objekt", das äussere Beziehungen eingeht, oder mit dem interozeptivem "einheitlichen, verkörperten Subjekt", das in Beziehung zu sich selbst steht ? Oder mit beiden ?

Bewusstsein ist "endogen, subjektiv und grundlegend interozeptiv" (Solms & Panksepp, 2012, S. 164). Auf kognitiver Ebene, gibt es "viele Facetten eines Selbst", aber auf funktionaler Ebene gibt es nur ein einziges Selbst, das Endoselbst.

## **2 DAS SELBST, NICHT DAS OBJEKT, IST DAS ZIEL DES TRIEBES**

Fairbairn (1941) zitierte eine Patientin: "Was ich will, ist ein Vater!" (in Buckley, 1986, S. 19). Fairbairn betonte das Wort "Vater" und verstärkte somit die Bedeutsamkeit des Objekts in der Entwicklung und infolgedessen auch die Bedeutsamkeit des\_der TherapeutIn. Er folgerte, dass das Objekt, nicht die Befriedigung, am wichtigsten sei. Die Abbildung 1 stellt die einseitig objektorientierte Bewegung als Triebziel dar.

#Abb\_1# Abbildung einer einfachgerichteten Perspektive in der Entwicklung

Die Selbstbeziehungstheorie hingegen betont die Wörter "Ich" und "will". Hier ist das Ziel des Triebes das Selbst: Es sehnt sich danach, sich im Objektkontakt zu erleben, um *seinen* Trieb zu befriedigen. Nur wenn über lange Zeit, ein Bedürfnis unbefriedigt bleibt, wird das Objekt zum Ziel des Triebes<sup>2</sup>. Zur Befriedigung und Weiterentwicklung muss die (befriedigende) Erfahrung mit dem Objekt in die "Selbsterfahrung" inkorporiert werden. Um Damasio's Terminologie zu nutzen: Es muss jemanden geben „ den Erlebenden, der das Erleben erlebt.“ (in Kandel, 2013, S. 464).

<sup>2</sup> Für weitere Erläuterungen, siehe Abschnitt 6 dieses Artikels.



Schöpferische Entwicklungskraft entsteht, wenn das Selbst *sich selbst* — im Kontakt mit anderen — erlebt. Das Selbst-zum-Anderen Modell (Objektbeziehungstheorie) repräsentiert die endopsychische Erfahrung eines inter-personellen Ereignisses.

Das Selbst-zu-Selbst Modell (Selbstbeziehungstheorie) hingegen stellt eine endo-psychische Erfahrung eines intra-personellen Ereignisses dar ! Dies steht im Einklang mit Solms und Panksepp's (2012) Konzepten über das interozeptive, phänomenologische Erleben, das endogen in Hirnstamm entsteht.

Die konstante Überbetonung der Bedeutung des anderen, führt zu folgenden, gängigen Problemen: geringes Selbstwertgefühl, ein sich (bis zur pathologischen Abhängigkeit) auf den anderen fixieren und eine Verstärkung von oralen und narzisstischen Tendenzen. In diesem Zusammenhang, müssen wir uns auch erneut, mit Fragen zur Autonomie bzw. zur Fremdbestimmung oder der Fähigkeit zu Bindung bzw. zu Trennung beschäftigen. In *The Nature of the Self in Autonomy and Relatedness*, wies der kognitiv-orientierte Psychologe Ryan (1991) darauf hin, dass aufgrund der Überbetonung des anderen, unterschiedliche Beziehungen mit dem Objekt entstehen können: z.B. eine Beziehung, die nur dazu da ist, um die eigenen Bedürfnisse zu befriedigen, d.h. der andere als Objekt, "immer-für-Andere-Dasein", d.h. das Selbst als Objekt, "Liebe", die nur zu bestimmten Bedingungen gegeben wird. Die Überbetonung der Bedeutung des anderen, birgt das Risiko von Introjektion, der externen Regulierung und Werte, die man irrtümlicherweise als die eigenen ansieht, "[...] verstärkt durch Schuld, Angst oder andere Schwierigkeiten mit dem Selbstwert" (Ryan, 1991, S. 217). All dies verstärkt eher die Fremdbestimmung und unterbindet Autonomie.

Dabei ist die Beteiligung des Subjekts an seinem eigenen Genesungsprozess wesentlich. Ryan (1991) sprach von einem "[e]ntstehenden Kern des Selbst" (S. 214). Er betonte die vom Säuglingsalter fortschreitende Entwicklung der Beteiligung des Selbst, indem er Handlungskompetenz, nicht als post-behaviorales Konstrukt, sondern als "[...] der psychische Ausdruck der organisatorischen Eigenschaften aller lebendigen Entitäten" (S. 214) beschrieb. Drei mögliche Handlungsmuster von Kleinkindern sind: Beziehungen aufzugeben, um das Selbst zu bewahren; sich in der Beziehung verstricken, um den Anderen nicht zu verlieren oder die Bindung erhalten, da sowohl die Autonomie respektiert, als auch das Selbst akzeptiert wird (Ryan, 1991).

Ein rührendes Beispiel für das Selbst, als "Ziel des Triebs" ist das einer meiner PatientInnen: Sie war 48 Jahre alt, lebte allein und war aufgrund von Depressionen als arbeitsunfähig eingestuft



worden. Sie litt sozusagen, an einer narzisstischen Wunde, sie hatte sehr wenig Selbstwertgefühl und klagte immer wieder über Migräne und unterschiedliche, undifferenzierte Unterleibsschmerzen. Sie hatte eine Kunstausstellung organisiert und war besonders stolz, als diese, aufgrund vieler positiver Rückmeldungen, verlängert wurde. Sie war zufrieden mit sich selbst. Danach hatte sie einen Besuch bei ihren Eltern geplant, befürchtete jedoch, die ganze Woche an Migräne zu leiden. Erstaunlicherweise trat dies nicht ein. Als sie ihrem Vater über ihren Erfolg berichtete, antwortete er gleichgültig “Das ist doch normal“. Zu mir sagte sie “Wie schade, dass er den Erfolg seiner Tochter nicht geniessen konnte“. Obwohl ihr Vater ihre Autonomie nicht wertschätzen konnte, war sie endlich in der Lage, ihr Selbstgefühl zu erhalten und *gleichzeitig* die Beziehung mit ihm aufrechtzuerhalten. Dieses Beispiel verdeutlicht, wie das Selbst, nicht das Objekt, befriedigt wurde. Sie konnte, auf einer erwachsenen Ebene, sowohl mit ihm, als auch mit sich selbst in Kontakt bleiben. Die Beziehung zu sich selbst, nicht zum anderen, erlaubt Entwicklung !

### **3 DAS SELBST, NICHT DER ANDERE, IST DIE ORGANISIERENDE INSTANZ UNSERES ERLEBENS**

Eine grundlegende Eigenschaft des Endoselbst ist seine Handlungskompetenz: “[...] eine Entität, die die Macht hat ein Ereignis herbeizuführen oder abzuwenden. Eine Person wird somit, als Instanz, Teil- oder Gesamt-Urheber seiner eigenen Handlungen verstanden“ (APA Dictionary of Psychology, 2007). Die Verlagerung des Paradigma vom anderen zum Selbst, wurde in Stern's (1998) Arbeit dargestellt: Vom anderen als organisierende Instanz *für* das Kleinkind, hin zum “Selbstgefühl [des Kleinkindes] als primär organisierende Instanz“ (S. 26). Hier ist das Selbst das Subjekt bzw. der Erlebende und steht im Kontrast zum Selbst als Objekt (Davis, 2014). Durch diese Verlagerung des Paradigma, wird das Selbst nicht im zu-beobachtenden Verhalten, sondern im gelebten Prozess verstanden. “Jede Form einer Bewusstseinstheorie verweist letztendlich auf eine introspektive Erfahrung, einen Sinn für das Selbst und das Fühlen; ein Phänomen, das für objektive, wissenschaftliche Untersuchungen nicht leicht zugänglich und insofern problematisch für die Neurowissenschaftler ist.“ (Kandel, 2013, S. 463). Das Selbst als Instanz ist teleorganisch, d.h. fähig, den notwendigen Bedürfnissen eines lebendigen Organismus zu dienen.

Laeng, Sirois und Gredebäck (2012) suggerierten, dass Pupillenerweiterungen und -Verengungen einen Zugang zum Prä-Bewusstsein ermöglichen. Ihre Ergebnisse aus Pupillenreaktionsstudien mit Kindern ermöglichen: “[...] uns sehr früh in der Ontologie ernsthafte



Fragen über das Bewusstsein zu stellen, und könnten ein völlig neues Gebiet in der Forschung der Entwicklungskognitionswissenschaften und der komparativen Psychologie eröffnen [...]“ (S. 25). Auch die Ergebnisse sollen die Beteiligung des Selbst, an seiner eigenen Entwicklung und Genesung, erneut betonen. Einer meiner PatientInnen brachte dieses Thema in unseren Sitzungen zur Sprache. Als er mit der Therapie anfang, stand er unter medikamentöser Behandlung aufgrund einer Angststörung. Er war 26 Jahre alt, gerade aus dem Haus seiner Mutter ausgezogen, ohne ein Arbeitsverhältnis und ohne Partnerschaft. Er verbrachte seine Zeit damit — Kopfhörer tragend — Gitarre zu spielen. Er hatte starke, soziale Ängste, war ständig damit beschäftigt andere zu beobachten, alles zu kontrollieren und klagte über starke Kontraktionen in den Körperextremitäten. Er sagte mir, dass er zu Therapiebeginn dachte, die Körperarbeit sei "Magie" und ich eine Art Schamane. In der Zwischenzeit, hatte sich viel verändert: "Jetzt beteilige ich mich selbst an der Therapie und das ist gut". Als ich fragte, was daran gut sei, sagte er, dass er ein Gefühl von Zufriedenheit und Sicherheit empfand, da er mit sich im Kontakt sei. Er berührte spontan seinen Bauch und sprach von einer "Verwurzelung in sich selbst".

Selbstorganisierende Prozesse wurden schon 1941 von Snygg dargestellt und spiegeln das Figur-Grund Konzept aus der Gestalt Theorie wider. "Das Verhalten ist durch das phänomenologische Feld des sich-verhaltenden Organismus bestimmt und für genau diesen relevant." (Snygg, 1941, S. 412). Autoorganisierende Prozesse spiegeln sich, also auf der phänomenologischen Ebene, im Verhalten des Organismus wider. Dieser Ansatz wurde in biologischen Termini von Maturana und Varela (1998) beschrieben: (ich habe es dann in psychotherapeutische Termini übersetzt und in Klammern hinzugefügt):

Wenn eine Zelle [das Selbst] mit einem Molekül [seinem Umfeld, z.B. einem Objekt] interagiert und es in seine Prozesse mit einbezieht [Introjektion, Identifikation, Internalisierung], dann wird das Ergebnis dieser Wechselwirkung nicht durch die Eigenschaften des Moleküls [des Objekts] bestimmt, sondern, durch die Art und Weise, *wie* dieses Molekül [das Objekt] von der Zelle [dem Selbst] aufgenommen ['gesehen'] wird, während es das Molekül [das Objekt] in seine autopoietische Dynamik einbezieht. Die Änderungen, die aus dieser Interaktion entstehen, sind durch die eigene Struktur und Einheit der Zelle [des Selbst] verursacht worden. [Hervorhebung und Einfügungen des Autors], 1998, S. 51-52

Die Kommunikation wird nicht von dem bestimmt, was kommuniziert wird, "[...] sondern von





dem, was der Person widerfährt, die [die Kommunikation] empfängt.“ (Maturana & Varela, 1998, S. 52). Die Zelle bzw. das Selbst bestimmt, was erlebt wird. Alle lebendigen Systeme sind zuerst autoreferentiell, d.h. auf sich selbst bezogen (Jantsch, 1979).

Autoreferentielle "Individualität" des Erlebens wurde auch in der Replikation von wissenschaftlichen Studien beobachtet. Sie wird in der Schwierigkeit, Studien anderer Wissenschaftler zu wiederholen, dargestellt (Kiermer, 2014): "Biologische Prozesse funktionieren nicht linear, voneinander getrennt, sondern sind stark miteinander verbundene Netzwerke. [M]äuse mit identischer DNA verhalten sich unterschiedlich. Zwei nebeneinander in einer Petrischale wachsende Zellen, können nicht als identisch betrachtet werden.“ (S. 7)

Auch die Wahrnehmungsforschung unterstützt die Theorie der individuellen Natur von Erfahrung und Erleben. Der Neurobiologe E. Kandel (2013) beschrieb die autoreferentielle Natur der Wahrnehmung, d.h. wie wir unsere eigene "Realität" kreieren. Er wies darauf hin, dass "das Auge keine Kamera ist" (S. 234) und "[...] jedes Bild subjektiv ist" (S. 200). Dies gilt sowohl für Wahrnehmungen als auch Emotionen. "Wir haben keinen direkten Zugang zur physikalischen Welt [...], sie ist eine von unserem Hirn erschaffene Illusion" (Kandel, 2013, S. 203). Um auf den Standpunkt der Gestalt zurückzugreifen: Es gibt kein "unschuldiges Auge" (Kandel, 2013, S. 204). Unsere visuelle Wahrnehmung basiert auf klassifizierenden Konzepten und der Interpretation visueller Information. "Biologische Befunde bestätigen, dass das Sehvermögen kein Fenster zur Welt ist, sondern wahrlich eine Schöpfung des Gehirns" (Kandel, 2013, S. 216). Sogar Farbe wird im Hirn erzeugt und erklärt, weshalb Menschen z.B. unterschiedlich auf dieselben Gemälde reagieren bzw. warum derselbe Betrachter zu unterschiedlichen Zeitpunkten anders reagiert. Dies gilt auch in Bezug unserer eigenen, variierenden Reaktionen auf ein und dasselbe Objekt und erklärt warum wir kontinuierlich dasselbe Objekt "falsch" wahrnehmen und interpretieren, wie bspw. in Projektion und Übertragung.

Die Tatsache, dass man das, was man nicht "sieht", auch nicht klassifizieren kann, ist bedeutsam in Entwicklungsprozessen und insofern auch in der Psychotherapie. Es scheint nicht möglich, jemandem etwas nahezubringen, was er selbst noch gar nicht erfasst hat! PsychotherapeutInnen begegnen diesem Phänomen in sehr unterschiedlichen Formen, z.B. wenn PatientInnen positive Affirmation oder Anmerkungen über Fortschritte in der Therapie abwerten oder wie ein "Fass ohne Boden" aufnehmen, ohne sich davon berührt oder genährt zu fühlen. Was zur Entwicklung beiträgt, ist die Art und Weise, wie ein Objekt "gesehen" wird, nicht die



Eigenschaften **des** Objektes an sich. Insofern ist das Erlebte, oft mehr vom Subjekt bestimmt, als von den Handlungen des Objekts. Um dies zu illustrieren, nutzte Kandel (2013) die Figur-Grund Wahrnehmung: Je nach Situation und/oder Betrachter ist das Bild eines Hasen oder einer Ente zu sehen (siehe Abbildung 2).

#Abb\_2# Die Figur-Grund Wahrnehmung: Hase oder Ente ?

Er traf zweierlei Aussagen diesbezüglich: Zum einen wies er darauf hin, dass sich die visuellen Daten nicht verändern. Was sich verändert, ist die *Interpretation* der Daten. Wir "bestimmen", wie wir das Bild sehen und es gibt *keine* Ambivalenz: Man kann nicht beides gleichzeitig sehen. Kandel zufolge, basiert die Entscheidung auf einer "Hypothesenprüfung", die in den angeborenen, neuronalen Mustern unserer Erkennungsfähigkeit und unseren bisherigen Erfahrungen begründet ist. Das Prinzip der nicht-Ambivalenz bestimmt all unsere externen Wahrnehmungen. Das bewusste Sehen ist grundlegend interpretativ: Statt ein Bild zu sehen und es bewusst als Ente oder Hase zu interpretieren, interpretieren wir das Bild unbewusst, während wir es sehen; "dementsprechend ist die Interpretation der visuellen Wahrnehmung inhärent." (Kandel, 2013, S. 208).

Die zweite Aussage ist, dass wir etwas sehen, was gar nicht da ist. Denn was tatsächlich da ist, ist weder Hase noch Ente, sondern lediglich eine zwei-dimensionale Abbildung auf einem Blatt Papier. Dies entspricht dem zuvor eingeführtem Prinzip: Jedes Selbst ist autoreferentiell (Davis, 2014). Kognition basiert auf der, zuvor schon erläuterten, selbstreferentiellen Formulierung von Hypothesen. Eine autoreferentielle Instanz organisiert ihre Wahrnehmung selbst. Das Auge funktioniert nicht wie eine Kamera, die jedes Pixel darstellt, um ein Bild zu schaffen. Augen selektieren und verwerfen Information. "Unsere Wahrnehmung der Welt ist eine Phantasie, die sich mit der Realität überschneidet" (Kandel, 2013, S. 261). Als PsychotherapeutInnen wissen wir, dass die "Überschneidungen" spärlich und unbedeutend sein können. **Interessanterweise** haben unbeabsichtigte Wahrnehmungen "[...]eine festgelegte, sich wiederholende Struktur und sichern damit die Kontinuität der Selbsterfahrung, bestimmen und begrenzen jedoch dadurch gleichzeitig, die Wahrnehmung der gegenwärtigen Realität." (Gottwald, 2014, S. 68).

Bewusste Wahrnehmung **entsteht** eine halbe Sekunde nach Beendigung der visuellen Verarbeitung (Kandel, 2013). Hierfür wird die sensorische Information einer vorbereitenden



Verarbeitung unterzogen, die ich als selbstreferentielle Autoorganisation verstehe. Demnach müssen alle Ereignisse, die in unserem Bewusstsein entstehen, im Unbewussten begonnen haben (Kandel, 2013). Zwischen einer "prä-motorischen" Aktivierung und der Entscheidung sich zu bewegen, gibt es eine Verzögerung. Üblicherweise wird hieraus die Interpretation gezogen, dass wir keine "freie" Wahl haben. Solms und Panksepp (2012) zufolge, könnten wir schlussfolgern, dass die kortex-basierten, abstrakten, repräsentierten Bewegungen des Selbst, später stattfinden, als die des "Kern-Bewusstseins" im Hirnstamm, die die Bewegung initiiert. Tatsächlich ist "[...] in Entscheidungen, die den Vergleich vieler Alternativen erfordern, unbewusstes Denken überlegen." (Kandel, 2013, S. 468). Jeder Aspekt unseres bewussten Lebens — einschliesslich aller sensorischen Wahrnehmungen, begründet sich in unbewusster Verarbeitung. Unser Erleben ist selbstorganisiert und durch unsere unbewusste Erfahrung gefiltert.

Die Theorie unbewusster Verarbeitung, wurde durch neuere Studien der Pupillenerweiterung und -Verengung auf der vegetativen Ebene unterstützt. "Die Forscher etablierten, dass Pupillen ihre Grösse, nicht nur aufgrund von Änderungen der Lichtverhältnisse im Umfeld, sondern auch aufgrund signifikanter, nichtvisueller Stimuli, sowie von Gedanken und Emotionen, verändern." (Laeng, Sirois & Grädabeck, 2012, S. 18). Dass Kleinkinder ihre Erfahrungen unbewusst verstehen und organisieren, konnte in Studien, in denen sie merkwürdigen, visuellen Stimuli ausgesetzt waren, festgestellt werden. Anhand von Pupillenerweiterung und -verengung könnten ihre Reaktionen interpretiert werden. 8 Monate alten Säuglingen wurde ein Film gezeigt, indem ein Zug *gleichzeitig* in- und aus demselben Tunnel fuhr. Die Pupillenveränderung verzeichneten eine eindeutige Überraschungsreaktion. Ähnlich verlief ein Versuch mit 6-8 Monate alten Säuglingen, die einer "sozial-inadäquaten Fütterungssituation" ausgesetzt waren: Sie erkannten diese als solche (Laeng, Sirois & Grädabeck, 2012, S. 24-25). Aufgrund dieser Forschungsergebnisse forderten die Autoren, die kognitiven Fähigkeiten von Kleinkindern neu zu definieren.

#### **4 DIE BEZIEHUNG ZU UNS SELBST IST DIE FRÜHSTE BEZIEHUNG**

Die aktuelle Kleinkind-Forschung (Beebe, in Mitchell, 2000; Kandel, 2013; Kouider, 2013; deCasper and Fifer, in Mitchell, 2000; Hepner, 2002; Laeng, Sirois & Gredebäck, 2012; Stern, 1998) verdeutlichte, dass die ersten 9 Monate, in utero, eine Zeit prägender Erfahrungen ist, in der auch kognitive Aktivität stattfindet. Kleinkinder lernen, in den ersten 27 Monaten ihres Lebens, Selbstregulierung anhand der rechten Gehirnhälfte, d.h. nicht-linear und assoziativ, mit einem



sogenannten implizitem Selbst, das körperbasiert, nonverbal und emotional ist (Schoore, 2002). Die logische, linke Gehirnhälfte wird erst 18 Monate nach der Geburt, aktiv und dominiert erst nach dem fünften Lebensjahr. Auch Pagis (2009) hat für ein implizites Selbst bzw. ein somatisches Selbstbewusstsein, vor und "unterhalb" der Sprache, plädiert, das "nicht direkt auf soziale Interaktion angewiesen" ist (S. 277). Solms & Panksepp (2012) zufolge erzeugt der interozeptive Hirnstamm eher interne "Zustände" als "Objekte". Der innere Körper ist nicht Objekt der Wahrnehmung, sondern es gibt eher eine Art Seinszustand, der "[...] das *Subjekt* der Wahrnehmung" (S. 10) ist (mehr dazu in Kap. 3 Das affektive Kernbewusstsein, der Instroke und das Endoselbst). Üblicherweise wird das Kleinkind — in der narzisstischen Phase — so betrachtet, als sei es nicht von seiner Umgebung differenziert. Somit sind all seine Erfahrungen seine eignen. Im Gegenzug wird hier impliziert, dass das Kleinkind, auch schon in seiner narzisstischen Phase, Subjektivität entwickelt hat. Wenn das narzisstische Selbst, durch die äussere Realität bedroht werden kann — wie es Kohut (2001) vorschlägt —, dann muss es genügend Kohärenz, Selbst- und Existenzgefühl aufweisen, um *sich bedroht fühlen* zu können und sich gegen die wahrgenommene Bedrohung zu wehren. So, wie es kein "unschuldiges Auge" gibt, so gibt es vielleicht auch keine Tabula Rasa, kein fragmentiertes, primäres Selbst, sondern eher ein unentwickeltes Selbst mit grossem Potenzial. Die primäre Beziehung mit diesem Selbst wird zum Schema für alle anderen Beziehungen. Ich denke, dies entspricht etwa dem neurologischen Begriff Engramm (Griechisch: En = hinein und Gramma = Inschrift; Totton, 2015, S. 5).

## **5 DAS SELBST ERZEUGT DAS OBJEKT**

Wie oben erläutert existiert, meines Erachtens, ein frühes, kohärentes, selbstregulierendes Gefühl von Subjektivität, das nun auch auf die ersten zwischenmenschlichen Beziehungen reagiert. Wie schon beschrieben, ist das Selbst, der Wahrnehmungsforschung gemäss, nicht nur in der Lage ein Objekt auszuwählen, sondern auch ein Objekt zu "kreieren" bzw. herzustellen.

Selbst in der psychoanalytischen Theorie, sind die Objektphantasien des Kindes, nicht die Aktionen des Objektes, für die Objektwahl entscheidend. Das Objekt muss nichts dafür tun, das Subjekt wird sich ihm spontan zuwenden. Damasio (2000) verwendete dafür den Ausdruck des emotional kompetenten Stimulus. Jacobson (1996) sprach von einer sogenannten affektiver Passung, in der es keine "gute" Mutter gibt, sondern eine Mutter, die sich für das Kind gut anfühlt. Das "sich gut anfühlen" bzw. die Passung findet sozusagen schon in utero statt: Ein befruchtetes



Ei nistet sich nicht einfach in der Gebärmutter ein, sondern verbringt erst Zeit damit, einen hierfür geeigneten Ort zu finden.

Es wurde auch argumentiert, dass das Objekt, als Objekt an sich, nicht von Bedeutung sei. Der Fokus lag darauf, dass das subjektive Selbst, etwas in das Objekt investiert, d.h. dem Objekt eine gewisse Bedeutung verliehen hat. Hier kann es sich um eine spezifische Eigenschaft, Energie, einen Wunsch oder ein Bedürfnis handeln. Loewald suggerierte, dass Objekte “[...] nicht unabhängig von einem Subjekt existieren. Objekte werden erzeugt, indem sie in der ursprünglichen Dichte oder dem primären Prozess mit Signifikanz belegt werden [...]“ (in Mitchell, 2000, S. 38). Auch in der Kleinkind-Forschung wurde festgestellt, dass sich Mutter und Kind in ihrer Sprache ko-kreieren (Loewald in Mitchell, 2000). Loewald vertrat damit eine entgegengesetzte Position zu Winnicott. Kohut (2001) hingegen beschrieb ähnliches: “Narzissmus ist nicht durch das Ziel, sondern durch die Qualität der Investition, bestimmt.“ (S. 26). Genauso wie Ryan (1991) “Die Forschung zeigt, dass die *Qualität* die funktionale Signifikanz vielmehr bestimmt, als das jeweilige Ereignis oder Objekt.“ (S. 220). Dasselbe gilt im phänomenologischen Ansatz und ist deckungsgleich mit den Erkenntnissen aus der Wahrnehmungsforschung: Aus dem gesamten Informationsfluss, "wählt" das Subjekt bestimmte Information aus. “[...D]er Fokus im Feld des sich-Verhaltenden wirkt direkt und am stärksten auf das Verhalten.“ (Snygg, 1941, S. 414). Investition ist endo-psychisch nach aussen gerichtet, erzeugt ein Objekt und dann eine Beziehung. Fairbairn (1941) schrieb, dass das Triebziel das Objekt ist. Aber warum sollte das Selbst so viel Aufwand oder Investment betreiben und dann nichts zurückbekommen? Ryan und Brown (2003) argumentierten weiterhin, dass die Überbetonung des anderen, nicht zu einer natürlichen Selbstorganisation führt, sondern zu einer psychologischen Vulnerabilität, einem dysfunktionalen Zustand. Es gibt kein objektives Objekt.

*Campbell's Psychiatric Dictionary* (2004) beschrieb Introjektion als “Die Einverleibung des Bildes eines Objekts in das Ego-System, in dem Moment, indem er *das Objekt erfasst*.“ ([Hervorhebung des Autors], S. 348). Auch die Idealisierung ist ein Beispiel dafür, wie das Selbst ein Objekt erzeugen kann. Beispiel: Eine Patientin mit schizoiden Tendenzen, beruflich erfolgreich, die nicht fähig war, Liebesbeziehungen einzugehen, kam während einer Krise zu mir. Ihr Leben spielte sich hauptsächlich in ihrer Arbeit ab, und obwohl sie Freundschaften pflegte, fühlte sie sich einsam. Über ihre Familie sprach sie mit lobenden Worten, nichtsdestotrotz sagte sie: “Es ist merkwürdig, dass ich jedes Mal, wenn ich meine Familie besuche, nach drei Tagen



wieder aufbrechen muss.“ Im Laufe der Therapie stellte sich heraus, dass es schwerwiegende Probleme gab: Alkohol- und Drogenabhängigkeit, einen distanzierten aber sehr dominierenden Vater. Erst als sie selbstsicherer wurde, konnte sie anerkennen, dass sie sich eine Realität "erschaffen" hatte, die auf ihre Bedürfnisse abgestimmt war. Dies entspricht einer temporären, optimalen Strukturierung (Jantsch, 1979).

Der Psychoanalytiker Green (1999) kritisierte, dass Objektbeziehungs-Theoretiker so sehr auf Objekte fixiert sind, dass sie die "objektivierende Funktion des Lebenstrieb" (S. 85) nicht erkennen. Sie würden die Rolle des Objekts überschätzen und die endo-psychischen Bemühungen — die Investition bzw. Besetzung des Selbst in die Kreation von Objekt und Beziehung, um *sich selbst* zu befriedigen —, nicht anerkennen. Für Green (1999) erzeugt das Objekt nicht den Trieb, es offenbart ihn nur; das Objekt ist sozusagen, ein emotional kompetenter Stimulus. Von diesem Standpunkt aus betrachtet, ist das Objekt die notwendige Voraussetzung für die Aktivierung des Trieb, der Trieb selbst, ist jedoch bereits vorhanden (Green, 1999, S. 85).

Greens (1999) Stellungnahme zur Besetzung bzw. Investition ist von Interesse in Bezug auf die Objekterzeugung. Die Rolle des Trieb ist nicht:

[...] eine Beziehung zum Objekt zu bilden, sondern die Fähigkeit Strukturen in ein Objekt zu verwandeln, selbst wenn das Objekt nicht mehr unmittelbar beteiligt ist. Anders ausgedrückt, ist die objektivierende Funktion nicht auf die Transformation eines Objektes beschränkt, sondern kann die Bedeutung eines Objektes herstellen, ohne den Qualitäten und Charakteristika des Objektes zu entsprechen, solange nur *eine* Charakteristik der vollbrachten psychischen Arbeit erhalten bleibt, nämlich die, der bedeutungsvollen Besetzung. S. 85

Er schlug vor, dass das Selbst sogar abwesende Objekte erzeugt. Ein ergreifendes Beispiel dafür, ist in Moehringers Memoire (2005) ausführlich beschrieben. Moehringers Vater arbeitete bei einem Radiosender und so konnte er ihm, obwohl er ihn nur sehr selten sah, ihm regelmässig zuhören. Auf dieser Basis erschuf er seinem Vater eine Persönlichkeit. Später, im Kontakt mit ihm, erkannte er, dass diese Persönlichkeit bzw. dieses Bild dem Vater gar nicht entsprach. Hier zeigt sich, dass wir Dinge "sehen", die es gar nicht gibt.

Die Tatsache, dass die Erzeugung mentaler Repräsentationen nicht bewiesen ist, macht dies noch komplexer (Anderson, 2003). Indem er sich auf den kognitiven Psychologen Gregory bezieht, zeigte Kandel (2013) diese Problematik auf:



Ist das visuelle Hirn ein Bilderbuch ? Wenn wir ein Baum sehen, gibt es eine baumartige Abbildung in unserem Hirn ? [... D]ie Antwort ist klar: Nein ! Im Gegenteil, statt ein Bild zu sehen, hat das Hirn die Hypothese eines Baums [...], dass sich als bewusste Erfahrung des Sehens widerspiegelt. [...D]ie detaillierten, neuronalen Mechanismen der symbolischen Repräsentation, verstehen wir bislang nicht. S. 232-233

Für Green (1999) entspricht die Prüfung von Hypothesen, der Besetzung des Subjekts in das hypothetische, selbst-erschaffene Objekt, was wiederum die Bedeutung des Objektes fördert, ohne seinen Qualitäten und Charakteristika zu entsprechen. Die Patientin, die ich vorhin erwähnte, hatte eine Hypothese bzgl. ihrer Familie. Sie hielt an dieser solange fest, bis es ihr möglich war, eine realitätsbezogenere Hypothese herzustellen. Im Laufe dieses Prozesses, veränderte sich ihre Familie nicht: Die externen Daten blieben die gleichen jedoch reorganisierte sie die Daten und dadurch ihr Erleben der Familie. Zusätzlich zu Kandel's Arbeit, wird dies durch die Pupillometrieforschung unterstützt:

Während sich die Wahrnehmung verändert, ändert sich nichts am Input der Aussenwelt. Wahrnehmungsveränderungen beruhen auf internen Veränderungen, die dazu führen, dass dieselben externen Gegebenheiten der Welt, als jeweils anderes Ereignis interpretiert werden. Laeng, Sirois & Gredebäck, 2012, S. 22

Mitchell (2000) stellte sich die Frage, warum frühe Objektbeziehungen so beständig und so veränderungsresistent sind, wenn man bedenkt, wie sehr wir unter ihnen leiden können. Loewald (in Mitchell, 2000) beantwortete diese Frage folgendermassen: Auf der bewussten, erwachsenen Ebene, gibt es Grenzen zwischen dem Selbst und dem anderen. Aber auf der primären Prozessebene *bin ich* mein Objekt. Die frühen Objektbeziehungen können nicht verabschiedet, sondern nur verändert werden. Neue Hypothesen können formuliert werden. Das Objekt an sich, verändert sich nicht, nur unser Erleben. Das Selbst schafft Objekte, und ist deshalb fähig, diese neu zu gestalten, wenn sich die Umstände ändern: Optimale, temporäre Strukturierung (Jantsch, 1979).

Zur Veranschaulichung ein weiteres Beispiel. Nach einer Reihe von Sitzungen, dachte einer meiner PatientInnen, während seiner Abendlektüre, spontan an seinen Vater und begann zu weinen. In den Sitzungen, war die Beziehung zu seinem Vater noch nie thematisiert worden und doch erklärte er mir jetzt, dass er weinen musste, weil ihm klar geworden war, dass sein Vater ihn



tatsächlich geliebt hatte. Er erkannte, dass sein Vater, ein mit vielen Problemen belasteter Mann war, und dass das, was sein Vater ihm "angetan" hatte, eigentlich gar nicht gegen ihn gerichtet war. Er verstand, dass sein Vater unklug gehandelt hatte, und er als Junge darunter gelitten hatte. Er verstand, dass sein Vater ihn liebte und so konnte sich die Wut gegen seinen Vater lösen. Auch er empfand jetzt Liebe für seinen Vater. Das Ziel des Trieb war nicht der Vater, sondern er selbst. Ausserdem veränderte er das Gefühl für und zu sich selbst: Er wurde zu einem liebenden und "liebenswerten" Jungen. Wie konnte eine solche Veränderung stattfinden? Dasselbe Objekt wurde mit neuen Hypothesen belegt und so veränderte sich sein Erleben. Die Ente wird zum Hasen. Auch hier veränderten sich die externen Daten nicht.

Nichtsdestotrotz ist der andere für die Entwicklung von entscheidender Bedeutung. Eine Umformulierung von Green's (1999) Perspektive — der andere "offenbart" unseren Trieb — findet sich bei Ryan (1991): Das wahre Selbst kann nur in Beziehung entstehen. Aber Individualisierung geschieht *mit* anderen, nicht *von* anderen. Wie schon zuvor erwähnt, versucht dieses Modell nicht die Rolle des anderen abzuwerten, sondern neu zu definieren.

## **6 DAS SELBST ERZEUGT DAS OBJEKT, NICHT, UM SEINE BEDÜRFNISSE ZU STILLEN (NEED), SONDERN, UM SICH SEINER LUST (DESIRE) UND SEINEN WÜNSCHEN HINZUGEBEN** <sup>3</sup>

Im Vergleich wird dem Bedürfnis häufig mehr Bedeutung zugesprochen, als der Lust. Maslow's Hierarchie der Bedürfnisse ist ein Modell für die menschliche für Entwicklung. Grundsätzlich wird angenommen, dass die psychischen und physischen Bedürfnisse des Kleinkindes, die Interaktion mit der Mutter initiieren und diese für eine gesunde Weiterentwicklung befriedigt werden müssen.

In der Funktionalen Analyse wird nicht nur den Bedürfnissen, sondern auch der Lust bzw. dem Wünschen, Bedeutung zugemessen. Ein Bedürfnis entsteht erst, wenn ein Wunsch (desire) nicht erfüllt wurde. *Mangel ist ein frustrierter Wunsch*. Somit entsteht ein Gefühl von Verlust oder Entbehrung. Lust/Wünschen hingegen suggeriert etwas Bestimmtes, etwas, das ich mir wünsche, wonach ich mich sehne. Wünschen bezieht sich auf Gegenseitigkeit, einen Dialog des Geben-und-Nehmens, indem die Frage des einen, die Antwort des anderen, sehnlichst erwünscht. Ein starker Wunsch hat eine unerlässliche Qualität; er möchte bzw. "verlangt" beantwortet werden (Crabb,

---

<sup>3</sup> Die Unterscheidung zwischen need und desire ist von grosser Bedeutung in der Funktionalen Analyse: need, Bedürfnis oder Benötigen entspringt einem Zustand von Mangel und Not, während desire im Sinne von Sehnsucht, Wunsch oder Begehren eine natürliche, lustvolle Auswärtsbewegung über die eigenen Grenzen in den Kontakt bedeutet. Anmerkung der Übersetzer.





1917).

Der Wunsch oder die Sehnsucht nach Kontakt, ist ein anderer Zustand als der Mangel an Kontakt. Er hat einen anderen Ursprung (frustrierte Kontraktion versus expansive Lust), eine andere Absicht und ein anderes Ergebnis. Wenn ein Kind sich *allein* fühlt, *wünscht* es sich Kontakt, das ist ein "positiver" Trieb. Wenn ein Kind sich *einsam* fühlt, *braucht* es Kontakt. Aus humanistischer Sicht, ist Kontakt die Basis für Erfüllung und Entwicklung. Aus der Perspektive der Freud'schen Triebtheorie oder reichianischen Energetik, gibt es im Lustzustand keine Spannung, die entladen bzw. gelöst werden muss, da das System nicht überladen wurde. Im Gegenteil: Die aus der Lust entstandene Spannung, ist Erregung, die als Mobilisation zum Objekt hin fungiert, und sich innerhalb der Toleranzgrenze des Organismus befindet — Sie ist angenehm. Erst wenn der Wunsch nicht erfüllt wird, verändert er sich zu einem Bedürfnis, einem Mangel. Die unablässige, drängende Qualität des Mangelzustands ist Symptom des unerfüllten Wunsches. Erfüllung hingegen ermöglicht Entwicklung: Neue Wünsche entstehen. Andernfalls wird die Entwicklung gehemmt und von Frustration, Wut und Einsamkeit begleitet: Nun handelt es sich um die Entwicklung einer pathologischen Orientierung und Fixierung.

Ich habe mich andernorts für die humanistische Sichtweise ausgesprochen, die besagt, dass es eine unveränderliche, unaufhaltsame "Kraft" hin zu Entwicklung, Differenzierung, Wachstum und Erfüllung gibt (Davis, 2014). Um es in Reich's energetischen Konzepten zu formulieren: Entwicklung kann beeinträchtigt werden, ist aber unaufhaltsam, da die Bestrebung nach Vollendung und Erfüllung unveränderlich ist. Beispielsweise sind sogar Abwehrmechanismen wie die Sublimation, Übertragung oder projektive Identifikation im unveränderlichen Wunsch (desire) nach Kontakt und Beziehung begründet. Sie sind Anpassungsversuche mit dem frustrierten Wunsch umzugehen. Dies entspricht dem narzisstischen Strom (Kohut, 2001), der Grundlage für Kreativität, Liebe und Beziehungen, der lebenslang bestehend bleibt. Dieser Strom ist in Funktion und Dysfunktion eingebettet. Der oben genannte Patient ist ein gutes Beispiel hierfür. Er wünschte sich immer noch einen liebevollen Vater, und als er über seinen Groll hinauswuchs, konnte er eine "erwachsene" Beziehung mit ihm eingehen, d.h. sich von der Fixierung auf die Dynamik des "schlechten" Vaters und "nachtragendes" Kinds lösen.

Diese Unveränderlichkeit bzw. Konstanz wird ebenfalls in dem Film *Three approaches to Psychotherapy* aus den 1970er Jahren dargestellt. Eine Frau, namens Gloria, ist Patientin in drei unterschiedlichen Therapiesitzungen: Je eine Sitzung mit Perls, Rogers und Ellis. In der Sitzung



mit Rogers entstand etwas, was zunächst wie eine klassische Übertragung erscheint. Sie sagte: „Ich wünschte, ich hätte einen Vater wie Sie“. Rogers wendet ein, dass sie sicherlich eine wunderbare Tochter wäre, wies jedoch darauf hin, dass das Thema die Beziehung zu ihrem eigentlichen Vater sei (Shlein, 1984). Abgesehen davon, dass Rogers, auf sehr sanfte Art und Weise, den Fokus wieder auf die Patientin lenkte, ist interessant, dass Gloria nicht sagte: „Ich wünschte, Sie wären mein Vater“. Bei genauerem Betrachten, schrieb auch Fairbairn's (1941) Patientin nicht, dass er *ihn* als Vater wünscht — „Was ich will, ist *ein* Vater“ —. Gloria's Aussage war ein Appell "be-vatert" zu werden. Rogers schaffte es mit seiner Intervention, seiner fürsorglichen Präsenz, Gloria's Bedürfnis nach einem Vater, anzuerkennen und zu akzeptieren. Sie fühlte sich gesehen, respektiert und konnte sich dann, auf ihren Wunsch nach einem Vater konzentrieren. Wenn sich die Vaterfigur von einem Liebesobjekt (need / Bedürfnis) zu einem geliebten Subjekt (desire / Lust) verwandelt, kann Gloria Befriedigung und Erfüllung erleben.

Bei der Erörterung der Übertragung, bezog sich Shlien (1984) auf das, was ich als die unveränderliche Lust (desire) nach Kontakt bezeichne.

Ein Fehler in der Übertragungstheorie ist die unlogische Annahme, dass jede Reaktion, die einer früheren Reaktion gleicht, notwendigerweise eine genaue Replik davon ist. Ähnliche Reaktionen sind nicht immer eine Wiederholung. Sie erscheinen uns als solche, weil wir, in unserem Bemühen zu verstehen, nach Mustern suchen und verallgemeinern. Im folgenden Beispiel werden dies genauer darstellen: Ein Atem-Muster besteht aus wiederholten Atemzügen, aber ein Atemzug folgt nicht aufgrund eines vorherigen Atemzuges. Tatsächlich entsteht er aus demselben Grund, der den vorherigen und den ersten Atemzug veranlasste. Es handelt sich hier nicht um Wiederholung an sich, sondern eine normale Funktion, die sich einfach wiederholt. S. 21

Shore (1999), genau wie Kohut (nicht 2001), betonte dies:

Der oft lautstarken Kommunikation im deregulierten Zustand des Patienten [need / Mangel] ist auch ein deutlicher, scheinbar unhörbarer, dringender Appell nach Regulierung durch Interaktion [desire / Lust] beigemischt. Der eigentliche Wunsch bleibt ein lebenslanges Phänomen. [persönliche Einfügungen in Klammern] S. 14

Guntrip (1975) verwies auf die duale Natur aller Beziehungen, das Suchen nach dem "guten Objekt" in der Übertragung. Hinter der Verleugnung, Projektion oder Enttäuschung des



Mangelzustands, ist die "Funktion" des unveränderlichen Wünschens (desire) immer noch lebendig. Reich (1976) betonte, dass die Analyse nicht ohne einen bestimmtes Mass an aufrichtiger Übertragung voranschreiten kann; “[...] das Schimmern rudimentärer, aufrichtiger Liebe“ (S. 143). Die ursprüngliche Lust, das Sich-Sehnen nach dem Objekt, bleibt unversehrt, wird aber durch falsche, positive Übertragung verschleiert. Aufrichtige Übertragung ist Lust / Sehnsucht, die im Endoselbst begründet ist. Falsche, positive Übertragung ist Mangel bzw. Bedürfnis, das im Objekt gesucht wird und in Dysfunktion begründet ist.

Shlien (1984) argumentierte, dass die ursprüngliche Liebe zu einem Elternteil nicht übertragen wird, da es keine frühere Instanz gibt. Diese Liebe entsteht, weil die "Bedingungen" richtig sind; anders ausgedrückt: Ein emotional kompetenter Stimulus ist vorhanden. Wiederholen sich diese Bedingungen, entsteht die gleiche, aber nicht dieselbe Reaktion. Jede Instanz ist neu, wiederholend, ohne eine Wiederholung zu sein.

[...N]ehmen Sie an, dass jede zweite Instanz, genauso gut wie die erste sein könnte. Wärme ist immer angenehm, und zwar nicht nur, weil sie sich als Kleinkind gut anfühlte. Sie ist physiologische Notwendigkeit. Genauso verhält es sich, wenn man im Alter von 30 Jahren zum ersten Mal eine Zitrone probiert. Schmeckt sie sauer, weil sie auch im Alter von 3 Jahren sauer geschmeckt hat ? Nein, sie schmeckt in jedem Alter sauer. Diese Logik ist funktional. S. 14

Wie Kohut (2001) und Schore (1999), wies Green (1999) darauf hin, dass es mehr als nur ein Objekt geben kann. Aufgrund der Unveränderlichkeit, ist das Subjekt im Mangelzustand bestrebt sich vom unbefriedigenden Objekt zu lösen, sich zu reorganisieren und nach einem befriedigenden Objekt zu suchen. Dabei ist die bestehende Suche nach einem Objekt meist Indikator für einen Bedürfniszustand: Es handelt sich hier nicht mehr um die Befriedigung bzw. Erfüllung, sondern eher die Füllung der Leerstellen, die, angesichts dessen, was *nicht* geschah, entstanden sind.

**7                    DAS                    OBJEKT                    IST                    NICHT                    ERFÜLLEND**

Ein Objekt erfüllt nicht, es kann nur Bedürfnisse stillen. Bedürfnisse sind objektorientiert und vom Objekt selbst abhängig. Die Psychoanalytikerin Segal (in Buckley, 1986) spiegelte Maturana und Varelas (1998) Kommunikationsmodell, indem sie betonte, dass das Objekt, nur in Bezug auf die eigenen Fantasien und Instinkte des Kindes richtig bewertet werden kann. Die Investition, Besetzung des Selbst bestimmt das Endergebnis bzw. die Erfüllung.



Meiner Ansicht nach, sucht das Kleinkind nicht das Objekt per se. Es sucht die Erfahrung, das Erleben von sich selbst innerhalb der Objektbeziehung: Das Erleben des Erlebenden. Aus energetischer Sicht, erlaubt die Vervollständigung der Einwärtsbewegung der Pulsation, die Erfüllung des Wünschens (*desire*), und somit die Hinwendung zum Selbst. Dies führt zur Inkorporierung von Beziehungsinhalten; was *empfangen* wurde, nicht was *gesandt* wurde, bestimmt das Erleben und die Erfahrung des Kleinkindes. Sinnbildlich: Ein Mann lebt nicht von dem, was er isst, sondern von dem, was er verdaut (Pollan, 2014). Die Abbildung 3, stellt die Bewegung nach aussen zum anderen und die Rückkehr oder Hinwendung zum Selbst, um den Beziehungsinhalt zu "verstoffwecheln", dar. Hier geschieht das Erleben.

### #Abb\_3# Darstellung des Kontaktzyklus — zum Anderen und zu sich

Die Lebensgeschichte des Patienten mit dem "unfähigen" Vater blieb unverändert. Dennoch erzeugte der Patient — mit genau denselben Daten — ein neues, primäres Objekt. Sein unveränderlicher Wunsch, "be-vatert" zu werden, wurde erfüllt. Interessanterweise war in beiden Fällen, nicht das, was der Vater *getan* hatte, sondern wie der Vater *erlebt* wurde, von Bedeutung. Wahrnehmung liegt im Auge des Betrachters; es gibt keine absolute, äussere Realität. Aus diesem Grund sind wir, nicht nur in der Lage, das Objekt — als bedürfnisfundierte Wiederholung — wieder zu erleben, sondern auch, das Objekt neu zu erzeugen, um Erfüllung und Selbstzufriedenheit zu erfahren. Es gibt kein objektives Objekt, kein "unschuldiges" Auge.

Piaget vertrat die Ansicht, dass die intrinsische Motivation lediglich ihretwegen existiert: "Die Freude am Können, an Effektivität, Handlungen nur um ihrer selbst willen zu erleben, ist, wie Piaget es einst nannte, eine grundlegende Tatsache des psychischen Lebens." (in Ryan, 1991, S. 209). Selbstorientierte Zufriedenheit geht mit der "Beherrschung" einer Aufgabe einher. Ramachandran (in Kandel, 2013) schrieb, dass die Gehirnvernetzung sicherstellt, dass jeder Suchakt nach einer Lösung genussvoll ist. Deshalb hat Green (1999) den Objektifizierungsprozess als befriedigend an sich bezeichnet. Wenn es das Objekt wäre, das befriedigt, wie sind dann die Situationen, in denen das Objekt befriedigen möchte, aber es nicht kann, zu erklären; so wie es manchmal Eltern mit ihren Kindern oder jeder verlassene Liebhaber empfindet ?

## **8 DIE FÄHIGKEIT ZUR TRENNUNG IST EBENSO WICHTIG WIE DIE FÄHIGKEIT ZUR BINDUNG**



Die Bindungstheorie war ein entscheidender Schritt nach vorne. Nichtsdestotrotz sollte der Rolle von Trennung bzw. Ablösung im Entwicklungsprozess — als pulsierendes Gegenteil zur elementaren Bindung — mehr Beachtung zukommen: Worum handelt es sich, wie funktioniert es und warum bzw. wofür ist es notwendig ?

Entwicklungstheorien beschreiben eine Reihe von Phasen, die ein Kind durchlaufen muss: Von einer symbiotischen Mutter-Kind Dyade über die Trennung bis hin zur Autonomie. Der Entwicklungsprozess als Phasenmodell wirft jedoch einige Fragen auf: Wie entwickelt sich ein Kind in die nächste Phase, wenn es noch an die gegenwärtige gebunden ist ? Wie kann es die Mutterrolle neu definieren, wenn es immer noch "dieselbe" Mutter erlebt ? Es erscheint sinnvoller anzunehmen, dass sich das Kind, erst von etwas lösen muss, um es dann neu begreifen zu können. Andernfalls entsteht und bleibt die Fixierung bestehen. In einer gesunden Entwicklung, können wir tatsächlich beobachten, dass die "Daten" — in diesem Fall die Mutter — Neubestimmt werden und in einer anderen Darstellung erscheinen. Entwicklung gelingt also, indem wir uns von der bisherigen Darstellung lösen und auf den nächsten, auf-uns-zukommenden Schritt vertrauen. Aber worum handelt es sich in diesem Los-Lösungsprozess, der Entwicklung ermöglicht ? Wie geschieht er ?

Ryan (1991) thematisierte das Paradox der Trennung in Beziehungen: Die Fähigkeit zur Autonomie ist in starken, familiären Bindungen begründet. Demnach ist ein autonomes Selbst in Beziehung angelegt, "[...] ein ermöglichendes, inter-personelles, zwischenmenschliches Umfeld. Klinische Evidenz deutet darauf hin, dass extreme Distanz bzw. Trennung zu Pathologien des Selbst führt" (Ryan, 1991, S. 223). Zuviel Distanz oder plötzliche Trennung führen zu wenig Individualisierung, schlechter Selbst-Kohäsion und verminderten Gefühlen von Sicherheit, Vertrauen und Selbstwert.

In den primären Beziehungen muss also zunächst ein Sicherheitsgefühl, eine Verankerung bestehen, um das Risiko eingehen zu können, loszulassen und den nächsten Entwicklungsprozess zu beginnen. "Autonomie bedeutet nicht die Trennung von emotionalen Bindungen. In der Pubertät erleichtern konstante, emotionale Bindungen die Individualisierung." (Ryan, 1991, S. 222). Natürliche Quelle dieser Verankerung sind familiäre Bindungen. Ich würde dem noch hinzufügen, dass die Sicherheit, die für eine gewisse Risikofreudigkeit notwendig ist, in einer guten Entwicklung des Endoselbst, einer Bindung zu sich fundiert ist. Empfundene Sicherheit ist vorhanden, wenn frühe Wünsche (desire) in frühen Bindungen erfüllt wurden. Eine Patientin



berichtete „Jetzt weiss ich, dass meine Mutter mich liebt und mir das Sicherheit im Leben gab.“ Als ich fragte „Hat Ihre Mutter ihnen die Sicherheit gegeben oder durften Sie sie selbst entwickeln?“ antwortete sie „Ich habe sie in mir selbst entwickelt.“

Änderungen in der Entwicklung oder Therapie finden nicht in Stufen oder Phasen statt. Sie finden, so wie Freud es beschrieb, in Schüben statt: Es sind rhythmische, hin-und-her pulsierenden Bewegungen. Ein Kind wird nicht plötzlich autonom, verlässt das Haus oder sieht seine Mutter als erwachsene Frau. In Bewegungen, weg von und wieder zurück zur Mutter, unternimmt das Kind erweiternde und vertiefende, pulsierenden "Schleifen". Es handelt sich um ein Hin und Zurück, mit der Verlagerung des Schwerpunkts nach aussen zur Entwicklung und einer Rückkehr zur Beziehung, um sich wieder aufzuladen, so wie Winnicott (in Buckley, 1986) oder Mahler (1972) es, mit dem Begriff "Auftanken" beschrieben.

Es handelt sich um eine Pendelbewegung, die sich durch ihre Eigendynamik immer weiter in den folgenden Entwicklungsschub "katapultiert". Die Abbildung 4 zeigt die rhythmisch, pulsierende Bewegung des Kindes: Wie es sich von der Mutter wegbewegt (trennt bzw. loslöst) in explorierenden, evolutionären Bewegungen und dann wieder zurückkommt (und sich wieder verbindet). Unter optimalen Bedingungen wird sich die Bewegung zurück zur Mutter, um sich aufzuladen, stetig verkleinern. Gleichzeitig werden die nächsten Erkundungsbewegung nach aussen unterstützt und vergrössert. Jede Erfahrung der Mutter, die in der Rückbewegung stattfindet, wird sich von der vorherigen Erfahrung geringfügig unterscheiden.

#### #Abb\_4# Abbildung der Exploration und des "Wiederaufladens"

Die Erkundungs- und Wiederaufladungs-Dynamik wird auch in einem Schema Bindung-Trennung-Neu-Verbindung dargestellt. "Objektbesetzung ist nicht die Investition eines Objektes mit einer gewissen Ladung, sondern ein organisierender, mentaler Akt, der die vorhandene Information als Objekt strukturiert. Solch eine Objektbesetzung erzeugt — und reorganisiert erneut — das Objekt qua Objekt. Es ist eine objektivierende Objektbesetzung." (Mitchell, 2000, S. 38). Der Neuerzeugungsprozess kann nur durch Trennung geschehen: Er ermöglicht neue Bindung zu einem neu-wahrgenommenen, "neu-erzeugtem" Objekt.

Das De-Objektifizieren, sprich die Trennung, ist eine Funktion des Instrokeprozesses, in der die Person zu einem tieferen Selbstgefühl zurückkehrt und das Erleben desselben externen Objekts



neu erschafft. Ich wiederhole: "... alle Ereignisse, die in unserem Bewusstsein entstehen, müssen in unserem Unbewussten begonnen haben" (Kandel, 2013, S. 466). Unbewusste Prozesse unterliegen *allen* Wahrnehmungen und alle Erfahrungen werden durch unsere persönliche Geschichte, unsere Struktur, Engramme "gefiltert".

Die Funktion des Instroke, die unbewusste Verarbeitung, Trennung und Neuschaffung von Realität, ist Kreativität. Kandel (2013) berichtete, dass das Unbewusste mit einigen Items gleichzeitig und sogar in geordneter Weise umgehen kann. Unsere bewusste Aufmerksamkeit hingegen, kann sich nur auf eine begrenzte Informationsmenge konzentrieren und vermeidet somit Ambiguität. Dies steht im Einklang mit der Tatsache, dass das Standardmodus Netzwerk (default mode network) im Hirn, wenn es scheinbar inaktiv ist, seiner Tätigkeit als Organisationszentrum nachgehen kann und diese Hirnfunktion, immer "online" ist (Raichle, 2010).

Während bewusste Gedankenverarbeitung Information schnell integriert, um eine gelegentlich widersprüchliche Zusammenfassung zu bilden, integriert die unbewusste Gedankenverarbeitung Information langsamer, um ein klareres und *möglicherweise konfliktfreieres Gefühl* zu bilden. [Hervorhebung des Autors]

Kandel, 2013, S. 469

Solms und Panksepp (2012) plädierten aufgrund ihrer Erkenntnisse für einen Neuaufbau: Beginnend im "Untergeschoss des Gehirns" und aufsteigend vom Hirnstamm bis zur Kortex. Dieser Trend des Bottom-Up Aufbau wird zunehmend auch in den Feldern der Robotik und der Computer Herstellung angewandt (Anderson, 2003).

In seinem Buch, beschrieb Kandel (2013) eine Studie, in der drei Versuchspersonengruppen in unterschiedlichen Settings, mentale Aufgaben lösen mussten. In der ersten Gruppe, sollte die Antwort auf die Aufgabe unmittelbar erfolgen. In der zweiten Gruppe, sollten sich die Versuchspersonen etwas Zeit nehmen, darüber nachzudenken, bevor sie antworteten. In der dritten Gruppe wurden die Versuchspersonen direkt nach Aufgabenstellung durch eine andere Aufgabe abgelenkt. Tatsächlich erzielte die abgelenkte, dritte Gruppe die besten Ergebnisse ! Mit der Beschreibung dieses Experiments erläuterte Kandel (2013) die Wichtigkeit des Instroke-/Trennungsprozess. Kreative Lösungen fordern assoziative Hirnareale, um Information unbewusst zu integrieren. Dieser Prozess kann nicht bewusst ablaufen. "Einmal fokussiert, muss sich das Hirn 'entspannen', um andere potentielle Lösungsansätze zu finden." (Kandel, 2013, S. 483). Dies ist der Grund, warum die Versuchspersonen der abgelenkten Gruppe, die besten Ergebnisse fanden:



Dem Hirn wurde mehr Zeit gegeben, Information wurde unbewusst verarbeitet und so entstanden kreative Lösungen. Das Bewusstsein muss entweder einen Hasen oder eine Ente erzeugen. Das Unbewusste toleriert Mehrdeutigkeit und Paradoxe länger und hat insofern Zugang zu mehr Information.

Raichle (2010) zeigte, dass das Hintergrundrauschen tatsächlich eine Art "Standardmodus" (default mode network) des Hirns ist:

Ein Netzwerk von Hirnarealen, die aktiv sind, wenn das Individuum sich nicht auf die Aussenwelt konzentriert und das Hirn in einem Zustand von wachender Erholung ist, [... in dem sich das Unbewusste] in Hinblick auf zukünftige Ereignisse organisieren kann. Raichle, 2010, S. 28

Dies entspricht der Kandel'schen "Hirnentspannung" und dem, was ich den Instrokeprozess nenne. Raichle's Beobachtungen systematischer Muster bei fortlaufender Hirnaktivität, während eine Person im Ruhezustand ist, hat die Hirnforschung verändert.

Das Default Netzwerk des Hirns [...] ist ein spezifisches, anatomisch definiertes Gehirnsystem. [Es ist dann aktiv], wenn Individuen sich an intern fokussierten Aufgaben, wie z.B. dem autobiographischen Gedächtnis, Zukunftsvorstellungen und/oder *die Perspektiven andere einzunehmen*, beteiligen. [Hervorhebung des Autors] Buckner, Andrews-Hanna & Schacter, 2008, S. 1

Raichle's Arbeit (2010) ist ein Modell für den Instroke, als Loslöse-Prozess in der Therapie: Das Gehirn "entspannt", um eine Erfahrung oder ein Objekt erneut zu erfahren oder neu zu erstellen. An der tiefsten Stelle dieses Prozesses, geht der\_ die PatientIn in einen Endoselbst Zustand über, der an Maslow's (1968, S. 74) Seinszustand oder an Solms und Panksepp's (2012) hintergründigen Seinszustand des Kernbewusstseins im Hirnstamm erinnert. In diesem Zustand, ist die Aussenwelt, einschliesslich des\_ der TherapeutIn, nicht so wichtig. Der\_ die PatientIn ist in der Lage bereits vorhandene Information in sich neu zu organisieren und eine neue Wahrnehmung oder Erfahrung des gleichen historischen Ereignisses zu entwickeln. Ein gutes Beispiel dafür, ist der oben genannte Patient, der die Beziehung zu seinem Vaters änderte. Die Wut auf seinen Vater, war eine Fixierung auf eine einzige *Facette* des Vaters, die *das gesamte Objekt* und damit die Beziehung *definierte*. Durch die Einwärtsbewegung der Pulsation, den Instrokeprozess, war es möglich, sich zu lösen, eine gewisse Distanz herzustellen und als er sich dann wieder dem Vater zuwandte, "sah er, was er zuvor nicht sehen konnte": Andere Facetten, die seine Geschichte und





die gegenwärtige Beziehung, zu sich selbst und seinem Vater, neu definierten.

Das Savant-Syndrom, durch schwere Hirnschäden bedingt, deckt ein Niveau an genialen künstlerischen oder intellektuellen Fähigkeiten auf. Die Entdeckung dieses ungewöhnlichen Phänomens, weckt die Möglichkeit, dass sich, in jedem von uns, ein ruhendes Potenzial aus einem künstlerischen oder intellektuellen Bereich befindet, — ein "innerer Savant" —, welcher aus unserem Unbewussten entsteht (Treffert, 2014, S. 44).

Aus den Erkenntnissen von Kandel (2013), Raichle (2010), Solms und Panksepp (2012) und Treffert (2014), aus Forschungen, die ein neuro-evolutionäres, "zweischichtiges" Bewusstsein postulieren, geht hervor, dass Freud's ursprüngliche Eisberg-Metapher des Bewussten und Unbewussten nun umformuliert werden könnte. Bewusstsein wird nicht, wie bisher angenommen, im äusseren, beziehungsorientierten Kortex erzeugt. Bewusstsein entsteht im Hirnstamm, der zuvor als das Unbewusste, d.h. das primitive, chaotische, destruktive Es, bezeichnet wurde. "Das Bewusstsein ist endogen, subjektiv und grundsätzlich interozeptiv auf affektive Art." (Solms & Panksepp, 2012, S. 164). Vielleicht ist das, was üblicherweise, als das (negativ) formulierte Unbewusste bezeichnet wurde, nur ein kleiner Teil eines grösseren Bewusstseins. Könnten wir, ähnlich wie in bestimmten Meditationslehren, das Unbewusste in das wahre Bewusstsein, von dem wir nicht wissen, was es ist, umbenennen? Nicht das Unbewusste, sondern Ungewusste? Raichle (2010) weist darauf hin, dass der Energieverbrauch im Gehirn um weniger als 1 % steigt, wenn man von einem sozusagen inaktivem Gehirn — bspw. in Tagträumen — zu einem, auf die Aussenwelt gerichteten, aktiven Zustand übergeht. „Bewusstsein auf phänomenologischer Ebene, erfordert an sich nicht viel kognitive Raffinesse.“ (Solms & Panksepp, 2012, S. 1). Dies ist die Spitze des Eisbergs.

Zudem entsprechen die negativen Eigenschaften von Freud's Unbewusstem nicht dem, was Kandel (2013), Raichle (2010), Solms und Panksepp (2012) und Treffert (2014) darlegten: Es gibt Ordnung und Organisation, Wissen und Gewissheit. Vielleicht wird Maslow's Positive Psychologie endlich verifiziert?

Der kreative Instrokeprozess ermöglicht eine Hinwendung zum Selbst, temporäre Selbstkohäsion in einem sicheren, im Hirnstamm lokalisierten Zustand — dem Endoselbst. Die Identifikation bzw. Bindung mit dem Selbst, ermöglicht ein Gefühl von Sicherheit im Trennungsprozess und eine neue (Ver-)Bindung mit dem jetzt neuerlebten Objekt. So kann der/die PatientIn an seinem/ihren eigenen therapeutischen Prozess mitwirken.



### SCHLUSSWORT

Ich vertrete die Ansicht, dass die Rolle des anderen in Entwicklungs- und Psychotherapie-Modellen überbewertet wird. Mit einem multidisziplinären Ansatz, plädiere ich für die Verlagerung des Schwerpunkts auf die Rolle des Subjekts bzw. des Selbst, insbesondere was seine eigene Entwicklung betrifft. Ich stellte acht Prinzipien dar, die eine Selbst-orientierte Theorie in Entwicklung und Psychotherapie ermöglichen. Kandel's (2013), Raichle's (2010), Treffert's (2014), Solms und Panksepp's (2012), Laeng, Sirois und Gredebäck's (2012) und Lang und Sulutvedt's (2013) etc., Forschungen forderten die Neubewertung des Selbst. Dies scheint mir in Bezug auf kreative Lösungsprozesse unerlässlich. Aktuelle Hirnforschung, sowie klinische Fälle suggerieren eine Neuformulierung des Freud'schen Eisberg-Modells und des Unbewussten. Ich postuliere, dass der Instroke der Pulsation zum Endoselbst, der kreative Entwicklungsprozess ist. Das Resultat dieser Forschungsergebnisse ist eine Neuformulierung, die die Beteiligung des Selbst an seiner eigenen Entstehung und Entwicklung betont: Eine Selbstbeziehungstheorie der Entwicklung und Genesung.