

Carl Gustav Jung - Nossrat Peseschkian:

Was haben ihre Methoden und Modelle gemeinsam, was unterscheidet sie?

Arno Remmers, 1996/2012

"Das ist ja wie die Typenlehre von Jung!" rief der Psychiater Prof. Korolenko in Novosibirsk erstaunt aus, nachdem ihm das Modell der vier Bereiche der Konfliktreaktion erstmalig vorgestellt wurde. Er blieb nicht der einzige mit dieser Assoziation bei Vorstellung der Positiven Psychotherapie in verschiedenen Ländern. Nun ging es aber allen, C. G. Jung, N. Peseschkian und den beteiligten Partnern an dem transkulturellen Gespräch in Sibirien nicht um graue Theorie: "Wir forschen nicht um der Forschung willen, sondern wegen der unmittelbaren Absicht, zu helfen." (C. G. Jung)¹

Was verbindet nun beide Modelle und Behandlungsarten, beide Autoren miteinander, und worin unterscheiden sie sich? Welchen Nutzen können wir aus einem solchen Vergleich für Therapie, Beratung, Pädagogik oder Erziehung ziehen?

1. Das Herangehen an den Menschen, die therapeutische und die wissenschaftliche Beziehung

Empirie, Selbsterfahrung und Patienten

- "Jung hat die Empirie nie verlassen"²
- "Peseschkian," der Begründer der Positiven Psychotherapie - eine Synthese aus Tiefenpsychologie, Verhaltenstherapie und analytischer Psychotherapie"³ "transkultureller Pragmatiker und methodischer Eklektiker..."⁴

Für beide Autoren steht eigenes Erleben von Konflikten und eine ganz persönliche Motivation, Lösungen zu finden, am Anfang des Wirkens, und am Ende des persönlichen Weges ein jeweils vollständiges Modell zur Therapie, bei beiden immer in der Absicht, die ganze eigene Energie zum Nutzen der Patienten einzusetzen.

Nach seiner Trennung von Freud 1913 erlebt *Jung* eine Zeit innerer Unsicherheit. "Vor allem lag es mir daran, eine neue Einstellung zu meinen Patienten zu finden. So beschloß ich, zunächst einmal vor-aussetzungslos abzuwarten, was sie von sich aus erzählen würden. ... Bald zeigte es sich, daß sie spontan ihre Träume und Phantasien berichteten, und ich stellte lediglich ein paar Fragen: "Was fällt Ihnen dazu ein?" Oder: "Wie verstehen Sie das? Woher kommt das?"⁵

Er beginnt mit der experimentellen Untersuchung mit sich selbst, erlebt teilweise psychotisch erscheinende übermächtige Phantasien und Träume als innere Konflikte, innere Gespräche, die er aufzeichnet und in Beziehung zu geschichtlichen Ereignissen und geistigen Inhalten der Philosophie, Religion und Mythologie der Welt setzt. "Daß ich es aushielt, war eine Frage der brutalen Kraft. Andere sind daran zerbrochen. Nietzsche und auch Hölderlin und viele andere. Aber es war eine dämonische Kraft in mir, und von Anfang an stand es für mich fest, daß ich den Sinn dessen finden mußte, was ich in den Phantasien erlebte. ... Von Anfang an hatte ich die Konfrontation mit dem Unbewußten als wissenschaftliches Experiment aufgefaßt, das ich mit mir selber anstellte und an dessen Ausgang ich vital interessiert war. Heute könnte ich allerdings auch sagen: es war ein Experiment, das mit mir angestellt wurde."⁶ Am Ende entsteht daraus die Lehre von den Archety-

¹C. G. Jung, "Psychologie und Erziehung", Rascher, Zürich 1950

²Dieses von S. XII und viele der folgenden Zitate zu Jung sind entnommen aus: Jolande Jacobi, "Die Psychologie von C.G. Jung", 4. Auflage, Rascher Verlag Zürich 1959. Dr. Jacobi übernahm die Aufgabe der gliedernden Zusammenfassung der Jungschen Psychologie in mehreren Werken.

³Matthes, D. in: Die Medizinische Welt, Buchbesprechung "Psychosomatik und Positive Psychotherapie"

⁴Köhler, Willi in: Süddeutsche Zeitung vom 9. 11. 91, Buchbesprechung "Psychosomatik..."

⁵Jaffé, A.: "Erinnerungen, Träume und Gedanken von C. G. Jung", S. 174

⁶Jaffé, A., S. 180

pen und inneren Symbolen, das Verstehen des eigenen Mythos und der Mythologie, und als zentrales therapeutisches Mittel die Traumdeutung.

Familie, Kultur und der Einzelne

Peseschkian beschreibt als wichtige Motivation für den Ansatz der "Positiven Familientherapie" seine transkulturelle Situation - er lebt seit 1954 als Perser in Westeuropa. "In dieser Situation wurde ich darauf aufmerksam, daß viele Verhaltensweisen, Gewohnheiten und Einstellungen in den beiden Kulturen unterschiedlich bewertet werden. Dies ist eine Erfahrung, die ich bereits während meiner Kindheit in Teheran machen konnte. Sie betraf Vorurteile, vor allem religiöser Art, die ich ziemlich genau beobachten konnte. ... Ich beschäftigte mich mit den Inhalten und Hintergründen derartiger Spannungen. ... Diese Erfahrungen und Überlegungen führten mich dazu, den Menschen - auch in der Psychotherapie - nicht nur als isoliertes Einzelwesen zu begreifen, sondern seine zwischenmenschlichen Beziehungen und - wie es meiner eigenen Entwicklung entspricht - seine "transkulturelle" Situation zu berücksichtigen, die ihn erst zu dem macht, was er ist. Der transkulturelle Ansatz durchzieht wie ein roter Faden die gesamte Positive Familientherapie."⁷

Jung gibt der vom Unbewußten des Einzelnen ausgehenden Therapie den Vorrang: "Diese Wandlung kann aber nur beim Einzelnen anfangen"⁸, damit er seine "tiefste ethische Verpflichtung" erkennt als "einerseits ein überlegen Wissender, andererseits ein überlegen Wollender und nicht ein hochmütiger Übermensch"⁹

Ist auch der Ausgangspunkt jeweils persönliches Erleben, so ist doch die Entwicklung unterschiedlich: bei *Jung* vom inneren Erleben, der eigenen Phantasie, bei *Peseschkian* vom Erleben der äußeren kulturellen Spannungen ausgehend. Beide standen unter massiver emotionaler Einwirkung, im Falle *Jungs* mehr intrapsychischer Natur, bei *Peseschkian* durch religiös bedingte Verfolgung der Familie im Heimatland. Beide sahen dennoch in transkultureller Erkenntnis den Weg aus der Krise.

Jung untersuchte die menschliche Psyche in Europa und in nichtzivilisierten Kulturen, informierte sich für die Erforschung des kollektiven Unbewußten über Indien und China, reiste weit, um eine tragfähige Grundlage für seine analytische Psychologie zu schaffen, die nicht nur Westeuropäern, sondern der gesamten Weltbevölkerung zugute kommen sollte. Seine Absicht war stets therapieorientiert, auch im Hinblick auf die Probleme der Gesamtmenschheit, seine Methode die Erfahrung, sein Weltbild geprägt vom Ziel der Entwicklung des Einzelnen mit all seinen Fähigkeiten zu einem sich selbst erkennenden und kennenden, wissenden Wesen.

Peseschkian führte bei Angehörigen von mehr als 20 Kulturen Untersuchungen durch mit der zunächst allgemein erscheinenden Fragestellung, was alle Menschen gemeinsam haben und was sie unterscheidet. Tausende von Patientenaussagen im Zusammenhang erlebter Konflikte wurden auf ihre emotionalen und logischen Inhalte untersucht. Daraus wurde ein Instrumentarium für die Therapie und ein didaktisches Modell der Konfliktreaktionen und Konzeptbildung für die Beratung entwickelt. Dieser Anteil ist der im Sinne statistischer soziologischer Daten wissenschaftliche. Daneben existiert durch die transkulturelle Sichtweise, in die die Menschheitsgeschichte einfließt, ein empirischer Anteil, der in der Therapie als transkultureller Ansatz, in Geschichten, in Sprachbildern, in spontanem an den Fall angepaßtem Handeln und mittels Intuition Verwendung findet.

Glaube und Menschenbild

Der positive Ansatz *Peseschkians* entspringt einem durch seinen Bahá'í-Glauben begründeten positiven Menschenbild: Der Mensch ist seinem Wesen nach gut, die Anlagen zu all seinen Fähigkeiten werden im Rahmen des biologisch gegebenen durch Erziehung zum Verhalten einer einzigartigen Persönlichkeit entwickelt. "Der Mensch ist ein Bergwerk reich an Edelsteinen von unschätzbarem Wert. Nur die Erziehung kann

⁷Peseschkian, N.: "Positive Familientherapie", Fischer TB Frankfurt/M 1980, S. 9/10

⁸C. G. Jung, "Psychologie und Alchemie", S. 645

⁹C. G. Jung, "Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewußten", S. 201

bewirken, daß es seine Schätze enthüllt und die Menschheit daraus Nutzen zu ziehen vermag."¹⁰ Die geistige Aufgabe des Menschen besteht darin, diese Fähigkeiten in individuell größtmöglichem Umfang zum Wohle der Menschheit einzusetzen nach dem Motto: Was für alle das Beste ist, ist auch für den Einzelnen das Beste.

Jung: "Daß die Gottheit auf uns wirkt, können wir nur mittels der Psyche feststellen, wobei wir aber nicht zu unterscheiden vermögen, ob diese Wirkungen von Gott oder vom Unbewußten kommen, d. h. es kann nicht ausgemacht werden, ob die Gottheit und das Unbewußte zwei verschiedene Größen seien."¹¹ .

Aufgewachsen als Sohn eines evangelischen Pfarrers, seine Mutter stammt aus einer Pfarrersfamilie, sein Großvater hatte einen Hang zur Mystik und sprach in psychodramatisch wirkender Weise mit dem Geist seiner verstorbenen Frau in seiner Studierstube, für den er einen Stuhl reservierte.

2. Inhalte der Modelle und des therapeutischen Vorgehens

Beschreibungsmodelle

"Die Psychologie *Jungs* gliedert sich in... 1. Die Struktur der Psyche, 2. die Ablaufs- und Wirkungsgesetze der Psyche, und einen darauf fußenden praktischen Teil, ...Heilmethode im engeren Sinn."¹²

Peseschkian entwickelt keine eigenen Modelle zum Unterbewußten, sondern füllt die vorhandenen Modelle der Struktur der Psyche - wie bei Freud die Instanzen Es, Ich, Über-Ich und die Entwicklung des Selbst, bei *Jung* die Ebenen Ich, Bewußtsein, persönliches Unbewußtes, kollektives Unbewußtes - in kompatibler Weise mit differenzierenden Inhalten. Die im Unbewußten vorhandenen Konzepte von Werten, Erfahrungen, logischen Strukturen und Verhalten enthalten Eigenschaften aus den beiden Fähigkeiten des Menschen, zu erkennen und zu lieben, bei *Peseschkian* als die zwei *Grundfähigkeiten* benannt.

Der Liebesfähigkeit entsprechen nach *Peseschkian* emotionale Inhalte der Interaktion wie Geduld, Zeit, Liebe, Sexualität, Vorbild, Vertrauen u. a., der Erkenntnisfähigkeit die sozialen Normen wie Pünktlichkeit, Ordnung, Gehorsam, Fleiß, Treue oder Gerechtigkeit. Diese Eigenschaften als solche sind in allen Kulturen zu finden. Sie unterscheiden sich individuell und kulturell in ihrer Wertigkeit zueinander. Daneben gibt es Inhalte aus dem Stammbaum der menschlichen Geschichte in Form biologisch-verhaltensorientierter, kultureller, religiöser und geistiger Konzepte, die bei *Jung* im Bereich des kollektiven Unbewußten ihren Ausdruck in symbolhaften Bildern finden, die *Peseschkian* wiederum in der Therapie auf ihre Inhalte und soziokulturelle Wertigkeit untersucht.

Wie eine Ergänzung klingt *Jolande Jacobi* in ihrer Synopsis der Lehre *Jungs*: "...das kollektive Unbewußte (besteht) aus Inhalten, die den Niederschlag der typischen Reaktionsweisen der Menschheit seit ihren Urfängen - ohne Rücksicht auf historische, ethnische oder anderer Differenzierung - in Situationen allgemein menschlicher Natur darstellen, also z. B. Situationen wie Angst, Gefahr, Kampf gegen Übermacht, Beziehung der Geschlechter, der Kinder zu den Eltern, väterliche und mütterliche Gestalten, Haltungen zu Haß und Liebe, zu Geburt und Tod, die Macht des dunklen und des hellen Prinzips usw."¹³

Inhalte

Peseschkian füllt, um ein Beispiel aufzuzeigen, die Begriffe Angst oder Gefahr mit differenzierendem Inhalt: Angst vor Körperverletzung oder Erkrankung, vor Versagen, vor Verlust eines Menschen, vor Zukunft und

¹⁰Bahá'u'lláh: "Ährenlese", 122, Bahá'í-Verlag Langenhain 1980

¹¹zitiert bei Jaffé, S. 411, aus Jung, Antwort auf Hiob, 1952

¹²Jacobi a.a.O., S. 1

¹³Jacobi a.a.O., S. 12

Tod, und darüber hinaus mit spezifischen Aktualfähigkeiten¹⁴ wie Vertrauen, Hoffnung, Zeit, Ordnung oder Gerechtigkeit. Versagensangst kann sich so inhaltlich darin äußern, eine als gültig angesehene Ordnung gewissenhaft erfüllen zu wollen, aber das Vertrauen in sich selbst oder durch andere zu verlieren, bei der Vorstellung, eine Aufgabe nicht ausreichend zu erfüllen. Angst vor der Zukunft beginnt mit mangelnder oder einseitig ausgebildeter Hoffnung, sie bezieht sich auf den möglichen Verlust von Kontakt, darauf, nicht genügend Lebenszeit zu haben, oder auf die Vorstellung, nach dem körperlichen Tod wegen Versündigung gegen die göttliche Gebote im Sinne der Gerechtigkeit durch eine Autorität bestraft zu werden.

Jung differenziert vier Grundfunktionen: "Denken ist ...eine Funktion, welche mittels einer Denkarbeit, also der Erkenntnis - d. h. begrifflicher Zusammenhänge und logischer Folgerungen - zum Verstehen der Gegebenheiten der Welt und zur Anpassung an sie zu gelangen sucht. Im Gegensatz dazu wird es durch die Funktion des Fühlens auf Grund einer Bewertung durch die Begriffe "angenehm oder unangenehm, bzw. annehmen oder abwehren" erfaßt. Beide Funktionen werden als *rational* bezeichnet, weil beide mit *Wertungen* arbeiten: Das Denken wertet durch die Vermittlung der Erkenntnis vom Standpunkt "wahr - falsch", das Fühlen durch die Vermittlung der Emotionen vom Standpunkt "Lust - Unlust"."¹⁵

"Die anderen zwei (Grund-) Funktionen Empfindung und Intuition, nennt *Jung* die *irrationalen* Funktionen, weil sie, bei Umgehung der Ratio, nicht mit Urteilen, sondern mit bloßen Wahrnehmungen, ohne Bewertung oder Sinnverleihung arbeiten. Die Empfindung nimmt die Dinge wahr so wie sie sind, und nicht anders. ... Die Intuition nimmt ebenfalls "wahr", doch weniger durch den bewußten Sinnesapparat als durch die Fähigkeit einer unbewußten "inneren Wahrnehmung" der Möglichkeiten, die in den Dingen liegen. Der Empfindungstypus z. B. wird sich eine geschichtliche Begebenheit in allen Einzelheiten merken, die Zusammenhänge jedoch, in die sie eingebaut sind, nicht beachten; der Intuitive hingegen wird an den Einzelheiten achtlos vorübergehen, aber den inneren Sinn des Geschehens, seine möglichen Zusammenhänge und Auswirkungen ohne Mühe sofort wahrnehmen."¹⁶

Wie ähnlich wird hier die *Jungsche* Sicht derjenigen in *Peseschkians* Modell in den vier Bereichen der Konfliktreaktion

Körper	mit Hilfe der	Körpersinne
Leistung	mit Mitteln des	Verstandes
Kontakt	mit Mitteln der	Tradition
Fantasie/Zukunft/Sinn	durch	Intuition

Jung nennt die Grundfunktionen - fast analog -

Fühlen - körperorientiert mit Hilfe der Sinne, wertet mit Hilfe der Körperreaktion durch "angenehm oder unangenehm",

Denken - verstandesorientierte Denkarbeit, wertet durch begriffliche Zusammenhänge und logische Folgerungen,

Empfindung - nimmt wahr so wie es ist, in Einzelheiten, ohne Wertung des Zusammenhanges
- bei *Peseschkian* entspricht dies der Funktion der Tradition als Annehmen des Vorhandenen, und

Intuition - benutzt die Fähigkeit einer unbewußten inneren Wahrnehmung der Möglichkeiten
- bei *Peseschkian* analog die Fähigkeiten der Fantasie, Zukunftsorientierung und des Sinnerlebens mittels Intuition.

Wesentlich unterschiedlich erscheint zunächst die Aussage *Jungs*, daß die Typen der Reaktion sich gegenseitig ausschließen, aber auch als Hilfsfunktion sich wechselweise kompensieren und als inferiorer Typ ver-

¹⁴Aktualfähigkeit: in *Peseschkian*, "Positive Psychotherapie", Fischer Verlag 1977, S. 53: "...ein Begriff, den ich deshalb für notwendig halte, weil diese Normen als Fähigkeiten in der Entwicklung des Menschen vorgegeben sind; sie sind Entwicklungsdimensionen, deren Ausprägung durch günstige oder hemmende Umwelteinflüsse gefördert oder unterdrückt wird. *Aktualfähigkeiten* deshalb, weil sie im täglichen Leben auf die verschiedenste Weise aktuell angesprochen werden."

¹⁵Jacobi a.a.O., S. 15

¹⁶Jacobi a.a.O., S. 15

drängt werden können, während *Peseschkian* im Falle krankhafter Störungen wohl auch von Einseitigkeit der Reaktion, aber andererseits von der positiven Ergänzenbarkeit durch andere Reaktionsmuster im Lernen und der Therapie ausgeht. Das Modell *Peseschkians* wirkt flexibler in dem Sinne, daß wohl ursprünglich ein Reaktionsmuster, wie z. B. die psychosomatische Reaktion, bevorzugt wird, aber durch Erlernen anderer Möglichkeiten, wie eines veränderten Sinnerlebens, einseitiges Verhalten zu einer situationsadäquaten Konfliktlösung erweitert werden kann. Dies geschieht durch Erziehung, Erfahrung, Selbsthilfe und Therapie. *Jung* sieht den biologischen ererbten Bereich als ursächlich für die Reaktion in Typen an. Einordnung in Typen ist bei *Peseschkian* nur Hilfsmittel in der Therapie, um Defizite zu beschreiben und zu ergänzen.

Analogien ergeben sich darin, daß *Peseschkian* im Sinne der Salutogenese eine Verteilung der Lebensenergie in den vier Bereichen Körper - Leistung - Kontakt - Sinn, Zukunft, Fantasie als ursächlich für Gesundheit ansieht. Was bei ihm Lebensenergie als allgemeiner Begriff ist, entspricht bei *Jung* der Libido, die dieser anders als Freud als allgemeine Energie bezeichnet. Und auch er strebt als Ziel der Therapie und des Lebensweges die Balance in den vier Bereichen der Funktionstypen an: "Wenn alle vier Funktionen ins Bewußtsein gehoben werden könnten, dann stünde der ganze Kreis im Licht und wir könnten dann von einem "runden" Menschen, d. h. vollkommenen Menschen sprechen."¹⁷

Reaktionsmuster

Dem Dualismus **Höflichkeit - Offenheit**, bei *Peseschkian* Schlüsselkonflikt des zwischenmenschlichen Verhaltens als Produkt früher Erfahrung, entspricht bei *Jung* der Einstellungstypus oder Reaktionshabitus **Introversion - Extraversion**, der schon von Geburt an vorgegeben ist und sich im Laufe des Alterns in typischer Weise verändert. "Diesen Habitus nennt *Jung* die zentrale Umschaltstelle, von der aus einerseits das äußere Handeln reguliert und andererseits die spezifische Erfahrung geformt wird. Die Extraversion ist gekennzeichnet durch positives Verhältnis zum Objekt, die Introversion durch ein eher negatives."¹⁸

Peseschkian würde hier vielleicht eher sagen, Introversion sei eine positive vertrauensvolle Beziehung zur eigenen Person und dem eigenen inneren Erleben, mit der Auswirkung nach außen *höflich* orientierten, zurückhaltenden Agierens, der Rücksichtnahme auf eine andere Person, das "Objekt". Extraversion dagegen ließe sich in der positiven Psychotherapie beschreiben als *Offenheit* nach außen mit der Auswirkung, andere eher mit der eigenen Aussage oder Handlung zu konfrontieren, mit erhöhter Erwartung der Berücksichtigung durch das Gegenüber. Typisches Beispiel ist der (extravertierte) Aggressive, der "sein Interesse nach außen verlegt", erhöhte Erwartungen an die Umgebung hat, der soziale Normen für sich einnehmen will. Gegenstück ist der (introvertiert reagierende) depressive Patient, der eher autoaggressiv bis hin zum Suicid handelt und dabei mehr in seiner inneren Fantasiewelt lebt, als anderen seine Erwartungen zu präsentieren, er ist im Extrem so höflich, daß er alle Schuld der Welt auf sich nimmt.

Jung: "Das Unbewußte des Extravertierten ist introvertiert, allerdings, wegen der Unbewußtheit in undifferenzierter und zwangs- oder triebhafter Form"¹⁹ - und umgekehrt, das Unbewußte des Introvertierten extravertiert. Im Laufe der Lebensmitte tritt dann nach *Jung* eine Veränderung durch Hervortreten der unbewußten Regungen ein. Er geht also von einer Entwicklung aus, die nahezu gesetzmäßig eintritt.

Peseschkian dagegen bezieht den Schlüsselkonflikt stets auf andere Aktualfähigkeiten und daraus bestehende Konzepte, geht von einer lebenslangen Lernprozeß und Differenzierung aus, ohne ein einschränkendes Gesetz zu Lebensabschnitten im Hinblick auf Extra- oder Introversion einzubeziehen - Folge der Beobachtung, daß dieser Schlüsselkonflikt keineswegs nur angeboren sein kann.

Zusammenfassend möchte ich gegenüberstellen, daß *Peseschkian* die Realisierung, die Handlung und Veränderung, das transkulturelle Lernen vom Andersartigen in den Vordergrund der Therapie stellt, durch die sich eine innere Wandlung des einzelnen Menschen vollzieht. Für *Jung* ist dagegen die Wandlung des Einzelnen durch therapeutisch unterstützte Selbsterkenntnis Ursache für die Entwicklung der Menschheitskultur

¹⁷Jacobi S. 21

¹⁸Jacobi a.a.O., S. 25

¹⁹Toni Wolff, "Studien zu C. G. Jungs Psychologie", Rhein-Verlag, Zürich 1959, I. S. 87

3. Worin sich die beiden Methoden ergänzen

Positiver Ansatz:

"Die Neurose strebt auf etwas Positives hin - das ist der Angelpunkt der Jungschen Auffassung - und nicht auf ein Beharren in der Krankheit als Selbstzweck..."²⁰ (Jacobi, S. 157)

Peseschkian sieht Störung und Krankheit als Fähigkeiten, im Konflikt zu reagieren: Frigidität als Fähigkeit, mit dem Körper "nein" zu sagen, Depression als Fähigkeit, mit tiefer Emotionalität auf Konflikte zu reagieren. Frigidität wird überflüssig und verschwindet meist von selbst, wenn andere Möglichkeiten des Neinsagens und der Konfliktlösung entwickelt werden. Hierin ist die Ergänzung zur Psychoanalyse zu sehen: In der ersten Therapiesitzung schon lernt der Patient, daß er eine wesentliche Fähigkeit besitzt; er muß nicht einfach nur abwarten und verzichten, sondern kann durch andere Fähigkeiten sein Handlungsrepertoire ergänzen, er gewinnt rasch Vertrauen in sich und Hoffnung auf eine Veränderung.

Märchen und Geschichten als Vermittler in der Therapie und Pädagogik finden bei *Jung* eine wesentliche Begründung ihres Wesens und ihrer Bedeutung nicht nur in der mystischen Phase der Kindheit (ab etwa 4 bis 7 Jahren), sondern auch als kulturell unterschiedlich gehandhabte Projektion unbewußter Konflikte auf Figuren, Bilder und Situationen in Märchen, Fabeln, Romanen, Grusel- und Western-Filmen.

Transkultureller Ansatz:

Jung: Reisen 1921 zu Pueblo-Indianern in Arizona und New-Mexico, nach Nordafrika 1921 und Kenia 1926 zur Erforschung der Psyche nichtzivilisierter Völker

Zuwendung zur religiösen und philosophischen Symbolik des Fernen Ostens - China, Indien

Mythenforscher aus Ungarn Karl Kerényi 1942

Peseschkian: Perser in Deutschland, im Konflikt zwischen dem Denken von Occident und Orient, in einer transreligiösen Situation. Untersuchung von zahlreichen Therapien mit Angehörigen 18 verschiedener Kulturen führt zur Entwicklung seiner Methode

Traum und Inhalt

In einer ersten analytisch orientiert begonnenen Sitzung mit einer 30j. Pat., die nach vorherigen Assoziationen zu Sicherheit bei den Eltern, einen jahrelang wiederholt auftretendem Traum schildert: Sie steht vor einem Brunnen im Park, um sie herum Bäume, Vögel, Ruhe, Gefühl der Sicherheit; ein Unbekannter kommt auf sie zu und sagt ihr direktheraus, daß ihre Mutter gestorben sei. An weitere Einzelheiten könne sie sich nicht erinnern, stets erschrecke sie der Traum zutiefst.

Inhalte des zugrundeliegenden Konflikts, der in 15 Minuten analytischem Setting und 10 Minuten kognitiver Beratung herausgearbeitet wurde, waren das Erleben des Sicherheitsverlustes als Ungerechtigkeit, symbolisch dargestellt durch den Brunnen, die Idylle, das unendliche Fließen des Wassers und die Zerstörung durch das Schlimmste, was passieren kann: die offen und direkt ehrlich vorgebrachte Nachricht vom Tod der Mutter. Die Patientin erlebte dabei die direkte Mitteilung als besonders verletzend, sie erwartet ein schonendes höfliches Verhalten.

Durch die inhaltliche Vorgehensweise nach anfänglich analytischem freien Assoziieren konnte der Bezug zwischen Vergangenheit und Gegenwart sofort hergestellt werden und eine Zukunftsaufgabe gefunden werden: Geduld, Sicherheit gingen von den Eltern aus, auch wenn sie untereinander sehr verschieden waren. Zuverlässigkeit ist ihr wesentlich - so wie der Brunnen kontinuierlich sein Wasser abgibt. Die Ablösung und die Zwangsläufigkeit weiterer befürchteter Verlustsituationen, symbolisiert durch die so nicht hinnehmbare

²⁰Jacobi a.a.O., S. 157

Todesmitteilung, werden als in höchstem Maße ungerecht empfunden, die Klarheit der Mitteilung wird nicht akzeptiert - weshalb der Traum sich auch so quälend wiederholen mußte.

Nun ist die Aufgabe für die Patientin klar: sich auf Verluste vorzubereiten, mit endgültigen Mitteilungen umgehen lernen, den Sinn des Todes erkennen und die Gerechtigkeit zu differenzieren, etwas, was sie überwiegend ohne den Therapeuten in Selbsthilfe und mit der Mutter durchführen kann. Wie oben beschrieben: 25 Minuten therapeutische Sitzung (in einer kleinen Gruppe), anschließend hatte die Patientin genug Material für Aufgaben zuhause - das ist der Vorteil der Ergänzung der *Jungschen* Traumanalyse mit den Inhalten von *Peseschkians* Differenzierungsanalyse!

Vorbilddimensionen, Verantwortung

In der Bearbeitung der eigenen Vergangenheit spielen in der positiven Psychotherapie vier Bereiche der Vorbilddimension eine Rolle:

Ich - die unmittelbare Erfahrung einer Behandlung durch Vater, Mutter, Geschwister oder andere

Du - das Vorbild durch das Partnerschaftsverhalten der Eltern oder nahen Bezugspersonen

Wir - das Verhalten der Bezugspersonen zur Großfamilie, zu Außenstehenden, Freunden, Fremden als Vorbild

Ur-Wir - Lebensphilosophie, Glaube und Wertegrundlage der Bezugspersonen als Vorbilddimension

Die gleichen Dimensionen spielen eine Rolle in der Gegenwart des Patienten als Dimensionen seiner Interaktionen. Die Beziehung zu sich selbst, zum Partner, zu Familie, Freunden und anderen Menschen, zur eigenen Zukunft im Rahmen der persönlichen Lebensphilosophie sind Thema der Bewußtwerdung des tatsächlichen sozialen Kontextes und der eigenen Wertschätzung.

Als Dimensionen der Verantwortung lassen sie sich in der vierten Stufe der Psychotherapie, der Verbalisierung und Konfliktberatung, einsetzen mit der Fragestellung für den Patienten, welche Veränderungen innerhalb dieser vier Bereiche der Beziehung in der Zukunft notwendig sind, bezogen immer auf ein konkretes Thema, inhaltlich differenziert. Dabei spielt der Schlüsselkonflikt Höflichkeit - Offenheit eine zentrale Rolle nach dem Motto: "Herr, gib mir die Kraft, zu ändern, was ich ändern muß, zu ertragen, was ich ertragen muß, und die Weisheit, zwischen beidem zu unterscheiden!"

Wie sieht das *Jung*? "Selbstwerdung ist ... die höchste Aufgabe, die sich der einzelne Mensch stellen kann. Sich selber gegenüber bedeutet sie Verankerungsmöglichkeit im Unzerstörbar-Unvergänglichen, in der Urnatur des Objektiv-Psychischen. Dem Du gegenüber bringt sie in ihm jene Toleranz und Güte herauf,... und dem Kollektiv gegenüber besteht ihr besonderer Wert darin, daß sie ihm jenen vollverantwortlichen Menschen entgegenzustellen imstande ist, der von der verpflichtenden Bezogenheit alles Einzelnen zum Allgemeinen aus der persönlichen Erfahrung seiner psychischen Totalität weiß."²¹

Hier bedeutet für *C. G. Jung* Therapie letztlich die Auswirkung der Wandlung des Einzelnen auf die Umgebung. Die systemische Familientherapie beispielsweise geht im Gegensatz dazu ganz den Weg der Therapie der interaktiven Beziehung in einer kleinen Familiengruppe mit möglichen Auswirkungen auf das große System, ohne die innere Aufbereitung des Unbewußten beim Einzelnen wesentlich in Betracht zu ziehen oder anzustreben.

Peseschkian geht in der positiven Psychotherapie parallel beide Wege: Sowohl wird von Beginn der Therapie an durch positives und transkulturelles Vorgehen, durch Geschichten und Ent-Täuschung²² und durch die fünfstufige aktive Familientherapie ein Einfluß auf das gesamte System ausgeübt, in dem der Patient für sich und andere eine therapeutische Rolle übernimmt, als auch wird aus der individuellen Vorgeschichte heraus der Grundkonflikt erarbeitet und mit den aktuellen Konfliktsituationen in Beziehung gesetzt. Der innere

²¹Jacobi a.a.O., S. 227-228

²²Ent-Täuschung in dem Sinne, die vorangegangene einseitige Sicht des Patienten in seiner Situation als Täuschung zu erkennen, ihm also in der Therapie die Täuschung zu nehmen, es jetzt vollständiger zu sehen

Konflikt geht dadurch mit allen inhaltlich dazugehörigen unbewußten Konzepten ins Bewußtsein über. Dies geschieht u. a. auch durch partielle Regression im Bereich der Konflikthalte und durch multidimensionale Übertragung²³ vergleichbar der in einer Gruppe, durch außerhalb der Person des Therapeuten gelegene transkulturelle Beispiele, Geschichten, psychodramatische oder assoziative analytische Techniken. Parallel laufen sowohl intraindividuelle Änderungen der Sichtweise, der Aufdeckung von historischen Konzepten aus der eigenen Vergangenheit und Familiengeschichte als auch nach außen wirkende Verhaltensänderungen unabhängig von der Erkenntnis des eigenen Unbewußten ab.

Fünfstufiges Vorgehen

In diesem Sinne ist Peseschkians fünfstufiges Modell die Realisierung dessen, was Jung als Idee von vier Phasen der Analyse einbrachte und als Setting für seine Arbeit mit dem Patienten anstrebte: Dialektischer Prozeß, in dem beide Beteiligte - Therapeut und Patient - gleichwertig eingebunden und gegenseitig unterstützend sind, um ein beiderseitiges Wachstum der Persönlichkeiten zu erreichen. Das war der Grund, wieso er als erster 1912 mit der Organisation der Ausbildung von Analytikern in Form der Lehranalyse begann.²⁴

4. Worin liegen die in der Therapie wesentlichen Unterschiede

Zentrale Umschaltstelle - Schlüsselkonflikt

Die Analogie Extraversion - Offenheit und Intraversion - Höflichkeit besteht nur auf den ersten Blick. *Jung* weist deutlich darauf hin, daß das Unterbewußtsein gegenteilige Regungen beinhaltet, gemessen am nach außen vorhandenen Agieren. Der Extravertierte richtet sein Interesse auf das Objekt, nach außen, ist von sozialen Normen stärker abhängig als der Introvertierte, der nach innen blickt und unabhängiger von der äußeren Anforderung erscheint.

Peseschkian geht deutlich nur von der nach außen erkennbaren Situation aus, auch in der Therapie von der Realisation, ohne Spekulationen über das mögliche Unbewußte zu verwenden, er nimmt das *positum*, lateinisch das Vorhandene, und damit die Aktion, die Äußerung, die Physiologie, um den Schlüsselkonflikt zu beschreiben. Ohne Zweifel ist das Unbewußte vorhanden und steuernd wirksam, doch ist die Methode der Erforschung mit dessen Veränderung behaftet - wie in der Heisenbergschen Unschärferelation der Physik - sobald seine Anteile bewußt werden.

Interaktion, Familie und Arbeit als Ort der Therapie

Der Patient als Therapeut seiner Umgebung ist in der positiven Psychotherapie schon nach den ersten Treffen mit dem Therapeuten aktiv, noch vor eigenen Änderungen der Persönlichkeit oder des Bewußtwerdens unbewußter Abläufe. In der analytischen Psychologie geht die individuelle Arbeit solange weiter, bis ein Reifezustand erreicht ist, der schließlich auch Auswirkungen vom Einzelnen auf die Umgebung hat. Der Arbeitsplatz oder die Familie sind hier kein Ort der Therapie oder eines aktiven Vorgehens.

²³Übertragungsphänomene sehe ich in der positiven Psychotherapie nicht nur im Freudschen Sinne als Projektion früher erlebter Personen in die Figur des Therapeuten, sondern als Übertragung erlebter Situationen, Konzepte und Personen in die transkulturelle Situation, das Märchen, die Gruppe, das Psychodrama hinein. Vergleichbar ist die in der Kindheit ablaufende Übertragung der innerseelischen Gewissenskonflikte in Märchenfiguren und deren Handlung.

²⁴nach Samuels et al., Kritisches Wörterbuch der analytischen Psychologie nach C. G. Jung, engl. 1986, hier aus der bulg. Ausg. 1993, S. 30

5. Kritische Beurteilung, Menschenbild und Einfluß anderer Richtungen

Heilslehren oder Lehren zum Heilen?

"Die *Jungsche* Lehre will ... weder als Religion noch als Philosophie angesprochen werden... will... die Wissenschaft vom lebendigen Organismus der Psyche sein, die das Werk- und Rüstzeug ist, mit dem der Mensch seit jeher Religionen und Philosophien formte und erlebte. Sie gibt ihm die Möglichkeit zur Bildung einer Weltanschauung, die nicht bloß übernommen, traditionsgebunden und unreflektiert ist, sondern mit Hilfe dieser Bausteine und Werkzeuge vom Einzelnen erarbeitet und persönlich gestaltet werden kann."²⁵

Wie *Viktor Frankl* den Willen zum Sinn in den Mittelpunkt menschlichen Handelns stellt, gilt auch für *Jung* "Ein geistiges Ziel, das über den bloß natürlichen Menschen und seine weltliche Existenz hinausweist ist unbedingtes Erfordernis für die Gesundheit der Seele."²⁶

"In der Positiven Psychotherapie ersetzen die beiden Grundfähigkeiten der Erkenntnis- und Liebesfähigkeit die Libido der Freudschen Theorie. Die Libido ist gewissermaßen als energetischer Anteil in den Grundfähigkeiten angelegt."²⁷

Hierzu bin ich der Auffassung, daß die Lehren von Freud, Konrad Lorenz, Pawlow, Jung und Peseschkian sich widerspruchlos integrieren lassen und schließlich auch klinisch nutzbar sind in der Patientenberatung mit Hilfe eines von mir 1987 vorgestellten Modells zu Trieb und Libido, welches hier kurz analog zu den vier Bereichen der besprochenen Autoren angeführt werden soll:

Energie - oder Libido - zur Aktivität, zum Leben, entspringt aus vier verschiedenen Bereichen, die biologisch angelegten Ursprungs sind und im Rahmen von Störungen wechselseitige Kompensationsvorgänge aufweisen. Zunächst ist der körperliche Trieb, auch als Instinkt aufzufassen, als Nahrungstrieb, Suche nach Wärme, taktilen Reizen, Sexualtrieb, allgemein der Trieb zur Befriedigung aller körperlichen Bedürfnisse. Gesondert hiervon existiert schon beim Embryo im Mutterleib der Antrieb zur Bewegung und zum aktiven Suchen. Der dritte unterscheidbare Bereich beinhaltet soziale Antriebe der Gruppenbildung, Partnerschaft, Rituale, Brutpflegetrieb und Schutzreflexe sowie in Massen auftretende typische Verhaltensmuster, die angelegt sind. Nach meiner Auffassung gibt es also sowohl einen Sexualtrieb als auch einen davon völlig unabhängigen sozialen Trieb, ebenso einen Bewegungstrieb und schließlich noch einen Trieb, neugierig zu sein, sich gedanklich zu beschäftigen, zu fragen: "Woher komme ich, wohin gehe ich?" Keiner kann sich dessen erwehren, daß er fragt: "Was wird morgen sein?" – was in der heutigen Lebensaufgabe immer deutlicher als wichtigster Bereich menschlicher Aktivität herausragt. Dieser Bereich wurde in der Psychologie besonders von Viktor Frankl als "Wille zum Sinn", von Carl Gustav Jung und Nossrat Peseschkian als Triebfeder unseres Handelns herausgestellt.

Wenn diese 4 verschiedenen Bereiche der Trieblehre von Freud gegenübergestellt werden, handelt es sich um eine Erweiterung, es geht nicht mehr nur um einen Trieb, sondern mehrere, vielgestaltige Antriebsqualitäten.

Es erübrigt sich dann die verzehrende Diskussion um unterschiedliche Auffassungen zu Libido und die Frage, ob das Es antisozialen Charakter habe, wenn der körperlichen Triebregung und der soziale, positiv nach außen gerichtete und der Sinn-Antrieb parallel dazu vorhanden ist.

²⁵Jacobi a.a.O., S. 228

²⁶Jung, Psychologie und Erziehung, S. 40 f., zit. in Jacobi, S. 225

²⁷Peseschkian, auf der Suche nach Sinn, S. 224f.

6. Wie geht es weiter nach dem Jahrhundert von Freud, Jung, Watzlawick und Peseschkian?

Geniale Begründer und die Gruppe

Die Gruppe als Erfinder ergänzt zunehmend die individuelle Pionierleistung genialer Methodenbegründer durch das Prinzip der Beratung. Darin finden einerseits die gleichen individuellen Höchstleistungen Verwendung und Anerkennung wie in der Zeit der großen Erfinder, andererseits unterliegen diese im Beratungsprozeß einer von der Person losgelösten ständigen Erweiterung und Verbesserung. Erste Ansätze dazu sind beispielsweise in der Entwicklung der systemischen Familientherapie in verschiedenen Arbeitsgruppen oder in den anderen psychotherapeutischen Kurzmethoden wie NLP zu sehen. Diesen für die Kultur, in der sie entstanden, typischen, vorwiegend erfolgsorientierten und werkzeugähnlichen Methoden fehlt teilweise noch das zur umfassenden und auch transkulturellen Integration nötige Menschenbild, das den Methoden von *Jung* und *Peseschkian* so immanent ist.

Die internationale Entwicklung der Positiven Psychotherapie und ihrer Anwendungen im sozialen Feld (Beispiel Bulgarien) zeigte in Ansätzen diesen oben beschriebenen Gruppeneinfluss mit zuvor unvorhersehbaren Rückwirkungen auf andere Bereiche und die ungeheure Integrations- und Erweiterungsfähigkeit der positiven Psychotherapie und Familientherapie aufgrund des für alle Kulturen offenen Menschenbildes. *C. G. Jung* trug zur Weiterentwicklung der Lehre von der Psyche mit seinen transkulturellen Untersuchungen und einer weitsichtigen Offenheit für Neues für unser ausgehendes Jahrhundert Entscheidendes bei. Seine Darstellung der menschlichen Psyche ist heute unverzichtbare Grundlage der analytischen Psychologie, auf der die folgenden Methoden, und damit auch die positive Psychotherapie, fußen konnten.

Einheit in der Vielfalt?

Eine Einigung der heute noch streitenden psychotherapeutischen Schulen zu einer patientenorientiert angepaßten Auswahl von Beratungs- und Behandlungsmethodik ist zu erhoffen und zu erwarten. Jeder Schritt zur kritischen Integration in einer Vielfalt von Behandlungsmöglichkeiten, nicht Eklektik alleine, und hin zur gemeinsamen Qualitätssicherung, ist im Interesse aller Patienten und Therapeuten. Erst wenn jeder Therapeut über die besten Therapiemöglichkeiten für den beratenen Patienten informiert ist und offen dafür, ihn an den geeigneten Therapeuten zu verweisen, und erst wenn die anderen Schulen der Psychotherapie als Ergänzung und nicht als Konkurrenz angesehen werden, kann man mit Recht davon ausgehen, daß dem Patienten gemäß gehandelt wird.

Literatur

- Bahá'u'lláh: Ährenlese, Bahá'í-Verlag Langenhain 1980
Jacobi, Jolande: Die Psychologie von C. G. Jung, 4. Aufl., Rascher Verlag Zürich 1959
Jaffé, Aniela (Hrsg.), Erinnerungen, Träume, Gedanken von C. G. Jung, Walter-Verlag 1971/1984
Jung, C. G.: Psychologie und Alchemie,
Jung, C. G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewußten,
Jung, C. G.: Wirklichkeit der Seele, Zürich 1934/2. Aufl. 1947
Jung, C. G.: Psychologie und Erziehung, Rascher, Zürich 1950
Köhler, Willi in: Süddeutsche Zeitung vom 9. 11. 91, Buchbesprechung "Psychosomatik u. Pos. Psychotherapie."
Matthes, D. in: Die Medizinische Welt, Buchbesprechung "Psychosomatik u. Pos. Psychotherapie"
Peseschkian, Nossrat: Positive Psychotherapie, Fischer Verlag Frankfurt./M 1977
Peseschkian, Nossrat: Positive Familientherapie, Fischer Verlag Frankfurt./M. 1980
Peseschkian, Nossrat: Psychosomatik und Positive Psychotherapie, Springer Verlag Berlin Heidelberg 1991
Wolff, Toni: Studien zu C. G. Jungs Psychologie, Rhein-Verlag, Zürich 1959, I. S. 87

Bemerkungen

Wiedergeburtsglauben und die Suche nach Wurzeln ist in Amerika vergangenheitsbezogen, man sucht eine Erklärung, eine individuell erfahrbare Geschichte, eine Einordnung als bedeutsame Person der Geschichte. Unbewußt vielleicht noch der durch viele Sekten nach Amerika mitgebrachten religiösen Idee der Versündigung und Erbsünde verhaftet, wird in psychotherapeutisch begründeten Hypnoseexperimenten die Wurzel heutiger Schwierigkeiten in der Projektion auf die alles entschuldigende Vergangenheit gesucht. Der Buddhismus Indiens sieht Wiedergeburt zukunftsbezogen: als persönliche Verantwortung für den Zustand, in dem die Seele anschließend erscheint, als persönliche Aufgabe im Umgang mit der Natur, in der die Seelen der Verstorbenen wohnen und Rücksichtnahme gebieten. Aus dem Wiedergeburtsglauben dort ergibt sich unmittelbar das Handeln heute für die Zukunft. Es besteht kein Bedarf, die Vergangenheit so wichtig zu nehmen wie in Amerika, wo die Vergangenheit eines im Vergleich zu den anderen Kontinenten geschichtsarmen Landes noch immer aufgearbeitet wird. Die Bedeutung des Wiedergeburtsgedankens in Deutschland und Bulgarien ist eher im Hinblick auf die Suche nach einer Erklärung für Transzendenz, für das Leben nach dem Tode, Fragen zur Seele und ihrer Beziehung zum Schöpfer, der Ursache allen Daseins zu sehen. Die Fragen der Bulgaren beziehen sich mehr auf die Grundfrage, wozu hier in der Welt die Schwierigkeiten sinnvoll sind, wenn es ohnehin keine Fortsetzung des Lebens nach dem Tode gibt, wie dies aus der langjährigen atheistischen Lehre hervorgeht. Die Kirche gibt darauf keine Antwort, da die traditionelle Auffassung von Lohn im Paradies und Strafe in der Hölle auf das geistige Leben nach dem Tode bezogen wird, ohne eine Verbindung zur hier gelebten Realität herzustellen. Wieviel leichter verstehen viele Patienten die Situation, wenn ich ihnen die Erklärung Bahá'u'lláhs geben kann: Himmel ist die Nähe zu Gott, Hölle die Entfremdung von Gott - unabhängig vom materiellen oder geistigen Zustand und Leben. Christus spricht vom Leben, was seine Jünger durch die Annahme des Glaubens gewinnen, und spricht von den lebenden Toten, die ihre Toten begraben, als Symbol ihres inneren seelischen Todes, der Nutzlosigkeit ihres Lebens ohne Verbindung zu Gott, verhaftet nur der Tradition.

siehe s. 319 Jaffé zu Reinkarnation

"In einem Lande, dessen geistige Kultur sehr differenziert und viel älter ist als die unsrige, nämlich in Indien, gilt der Gedanke der Reinkarnation als ebenso selbstverständlich wie bei uns derjenige, daß Gott die Welt erschaffen habe... Der geistigen Eigentümlichkeit östlichen Wesens entsprechend wird die Folge von Geburt und Tod als ein endloses Geschehen, als ein ewiges Rad, gedacht, das ohne Ziel weiterrollt. ...Das mythische Bedürfnis des westlichen Menschen verlangt ein evolutionäres Weltbild mit *Anfang* und *Ziel*. Dem westlichen Menschen ist die Sinnlosigkeit einer bloß statischen Welt unerträglich, er muß ihren Sinn voraussetzen. Der östliche Mensch braucht diese Voraussetzung nicht, sondern er verkörpert sie. ... Ich könnte mir gut vorstellen, daß ich in früheren Jahrhunderten gelebt habe und dort an Fragen gestoßen bin, die ich noch nicht beantworten konnte; daß ich wiedergeboren werden mußte, weil ich die mir gestellte Aufgabe nicht erfüllt hatte....Es ist der Sinn meiner Existenz, daß das Leben eine Frage an mich hat. Oder umgekehrt: ich selber bin eine Frage, die an die Welt gerichtet ist, und ich muß meine Antwort beibringen, sonst bin ich bloß auf die Antwort der Welt angewiesen."²⁸ Er selbst sieht sich im Traum als Yogin, ohne den Glauben der Reinkarnation oder des Buddhismus wirklich als eigenen Glauben annehmen zu können, er bleibt ein Suchender im religiösen Sinne, stets losgelöst von der Kirchentradition oder der Institution einer Religion. Wie viele Sufi, wie viele Buddhisten sieht er Gott als endgültig unerkennbar an, in uns als Symbol vorhanden, ohne für sich einen der Propheten Gottes als mehr denn als Weisen anzunehmen (z. B. die Aussage: "Dies scheint auch Buddha gedacht zu haben, als er seine Jünger von unnützen Spekulationen abzuhalten versuchte"²⁹ weist darauf hin).

Peseschkian antwortet zur Frage der Reinkarnation: "Ich glaube daran, daß die Attribute und Eigenschaften eines Menschen in dieser oder ähnlicher Form ihre Entsprechung finden und so gewissermaßen weiterleben. Das Wesen und die Wirklichkeit der Dinge können nicht zurückgebracht werden."³⁰

²⁸Jung, Über das Leben nach dem Tode, in Jaffé, S. 319

²⁹ebd., S 320

³⁰Peseschkian, N., Auf der Suche nach Sinn, Fischer-Verlag 1983/1991 S. 230