

Theodor Seifert

Die Gruppentherapie im Rahmen der Analytischen Psychologie¹

Alle Rechte vorbehalten

opus magnum 2011

¹ Erstmals erschienen in: Analytische Psychologie, Jahrgang 5, Freiburg: Karger, S: 30-44 (1974). Mit freundlicher Genehmigung des Verlages Karger in Freiburg.



Theodor Seifert

Dr. rer. biol. hum., Dipl. -Psych., Jahrgang 1931, Lehranalytiker, Dozent und Supervisor am C. G. Jung-Institut Stuttgart; vielfältige Vortrags- und Seminartätigkeit. Jahrelange leitende Tätigkeit bei den Lindauer Psychotherapie-wochen und im Vorstand der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie e. V.; Herausgeber

und Beiratsmitglied verschiedener wissenschaftlicher Zeitschriften, sowie Herausgeber der Reihen «Weisheit im Märchen» und «Zauber der Mythen» im Kreuz-Verlag Stuttgart; Autor mehrerer Bücher.

Arbeitsschwerpunkte: Einzel-, Gruppen- und Paartherapie; Lehranalysen und Supervision nach C. G. Jung. Besonderes Interesse an den Themen der Analytischen Psychologie: Synchronizität, Aktive Imagination, Zahl und Zeit, Mystik, Meditation und östliche Geisteshaltung.

Die Gruppentherapie im Rahmen der Analytischen Psychologie

Die Psychologie der Gruppe sowie die Formen der Psychotherapie, die sich auf Gruppenprozesse stützen, sind im Bereich der Analytischen Psychologie wenig beachtet und kaum gefördert worden. Die Ursachen hierfür sind vielfältiger Natur und zum Teil in Äußerungen Jungs begründet, die darauf schließen lassen, dass er der Gruppentherapie kritisch, wenn nicht gar ablehnend, gegenüberstand. In seinen Schriften finden sich aber an vielen Stellen Hinweise, die man in den weiten Rahmen einer allgemeinen Sozialpsychologie einordnen kann. Bemerkenswert ist dabei, dass diese Äußerungen Jungs anscheinend unabhängig von seinen jeweiligen Spezialinteressen sind, also so etwas wie einen roten Faden darstellen, der sich durch das Gesamtwerk zieht. Gemeinsam ist diesen Äußerungen noch ein starkes emotionales Engagement, was sich besonders in den häufig damit verbundenen wertenden Kommentaren zeigt. Es ist sicher unrichtig zu behaupten, Jung habe diesen großen Lebensbereich grundsätzlich vernachlässigt. Es lässt sich m. E. nachweisen, dass er sogar zu einem Schwerpunkt seiner Lebensarbeit zu rechnen ist.

Es ist eine reizvolle, aber auch kaum lösbare Aufgabe, sich die Frage zu stellen, welche archetypischen Konstellationen hinter dem Werk eines Forschers stehen. Dass dem so ist, wird wenigstens im Rahmen der Analytischen Psychologie nicht bezweifelt und ist so etwas wie eine grundsätzliche Arbeitshypothese. „Wir sind heute überzeugt, dass es auf allen Wissensgebieten psychologische Prämissen gibt, welche über die Auswahl des Stoffes, die Methode der Bearbeitung, die Art der Schlüsse und über die Konstruktion von Hypothesen und Theorien Entscheidendes aussagen“ (1).

Unsere These lautet, dass archetypische Entwicklungen die Grundlage auch des wissenschaftlichen Arbeitens sind, abgesehen

von der persönlichen Gleichung. Fierz (2) hat das z. B. für Kepler sehr genau nachgewiesen, Jung (3) für die Alchemie, von Franz (4) für Descartes usw.

Archetypisch, wenn auch beim heutigen Stand des Wissens vielleicht noch keinem benannten Archetypus zuzuordnen, dürfte das Gegensatzpaar Individuum-Kollektivität sein. Verschiedenen psychologischen Schulen liegen verschiedene archetypische Gegensatzpaare zugrunde, die ihre innere Dynamik bestimmen und aufrechterhalten, bis der jeweils konstellierte „Persönlichkeitsanteil“ ins Bewusstsein gehoben ist und neue Konstellationen erfolgen.

Mir scheint, dass für die Analytische Psychologie, und somit auch für Jung, das eben benannte Gegensatzpaar entscheidend ist. Jungs Engagement für die Einzelpersönlichkeit, sein Ergriffensein vom allgemein Menschlichen, seine Gegensatzsynthese im Archetypus des Selbst, in dem höchste Individualität und zugleich Kollektivität sich vereinen, sind so deutlich sichtbar, dass wir hier mit einem gewissen Recht einen Angelpunkt der Analytischen Psychologie, ihr Koordinatenkreuz oder Kristallgitter, sehen können. Jung war von den sich aus diesem Gegensatzpaar ergebenden Fragen fasziniert; auch für ihn gilt: „Jeder Archetypus nämlich ergreift bei seinem Auftreten, und solange er unbewusst ist, den ganzen Menschen und veranlasst diesen, die entsprechende Rolle zu leben“ (5).

Unsere Auseinandersetzungen über das Phänomen Gruppe und die daraus sich ergebenden Konsequenzen für die therapeutische Technik sehe ich vor dem Hintergrund dieser archetypischen Konstellation. Jung selbst nennt es „das Gegensatzpaar Kollektivität und Individuum oder Gesellschaft und Persönlichkeit“ (6). Aktueller kann es kaum formuliert werden. Das genaue Studium der Schriften Jungs zeigt einfach immer wieder, wie hochaktuell diese Thematik für ihn gewesen ist, wenn auch die Art seiner Beweisführung für viele Leser ungewohnt bleibt und die Brisanz der Fragen damit verdunkelt.

Im Folgenden werde ich die Aspekte der Gruppentherapie im Rahmen der Analytischen Psychologie in thesenartiger Form entwickeln und begründen. Die mit dieser Darstellungsform notwendig bedingte Verschärfung und Einseitigkeit ist im Rahmen dieser Erörterung m. E. nur von Vorteil und entspricht außerdem dem dialektischen Stil der Analytischen Psychologie unter Einbezug des möglicherweise Logisch-Paradoxen.

Grundsätzliche Thesen

1. Das Gegensatzpaar Individuum und Kollektivität oder Persönlichkeit und Gesellschaft ist eine tragende Basis für die Entwicklung der Analytischen Psychologie und stellt sich bei einer theoretischen Analyse als eine ihrer Grundannahmen heraus, aus der wesentliche Einzelhypothesen wie auch mancher Interpretationsschlüssel deduziert werden können.

Für Jung hat die „Antinomie individuell-allgemein“ (7) grundlegende erkenntniskritische Bedeutung. Er warnt vor Einseitigkeiten, die mit der Verabsolutierung des einen oder anderen Pols verbunden sind. „Da aber die Individualität nur relativ ist, d. h. nur komplementär zur Konformität oder Gleichartigkeit der Menschen, so sind allgemeingültige Aussagen, d. h. wissenschaftliche Feststellungen, möglich. Diese Aussagen aber können sich dementsprechend nur auf jene Teile des psychischen Systems beziehen, welche konform, d. h. vergleichbar, und daher statistisch erfassbar sind, nicht aber auf das Individuelle, d. h. Einmalige eines Systems. Der zweite fundamentale Gegensatz der Psychologie lautet: Das Individuelle bedeutet nichts gegenüber dem Allgemeinen, und das Allgemeine bedeutet nichts gegenüber dem Individuellen. Es gibt bekanntlich keinen allgemeinen Elefanten, sondern nur individuelle. Aber wenn es keine Allgemeinheit

und stetige Vielzahl von Elefanten gäbe, so wäre ein einmaliger, individueller Elefant über alle Massen unwahrscheinlich“ (8).

Diese grundsätzliche Feststellung ist für Jung die Basis der praktischen Tätigkeit, worauf ich angesichts der vielfachen Kritik gerade an der Wissenschaftlichkeit seines Werkes hier ausdrücklich hinweisen möchte. „Diese logischen Überlegungen scheinen unserem Thema wohl recht fernzuliegen. Insofern sie aber grundsätzliche Auseinandersetzungen mit der bisherigen psychologischen Erfahrung sind, so ergeben sich daraus praktische Schlüsse von erheblicher Bedeutung“ (9).

Im differenziellen Sinne kommt dem Gegensatz Persönlichkeit und Gesellschaft die Bedeutung einer archetypischen Basis historischer wie persönlicher Entwicklungen zu, von Jung z. B. in seiner „Psychologie und Alchemie“ (3) beschrieben und etwa in folgendem Satz zusammenzufassen: „Diese Problematik ist insofern modern, als es der Verstärkung des kollektiven Lebens und der unerhörten Massenzusammenhäufung unserer Zeit bedurfte, um den Einzelnen seiner Erstickung im Gefüge organisierter Massen bewusst zu machen. Der Kollektivismus der mittelalterlichen Kirche hat selten oder nie jenen Druckgrad erreicht, welcher das Verhältnis des Einzelnen zur Gesellschaft zu einem allgemeinen Problem erhoben hätte. Deshalb verharrte auch diese Fragestellung auf dem Niveau der Projektion, und es blieb unserer Zeit vorbehalten, sie einer wenigstens keimhaften Bewusstheit unter der Maske eines neurotischen Individualismus anzunähern“ (10). Das Gegensatzpaar Individuum und Gesellschaft erweist sich somit als eine (oder die) Arbeitsgrundlage der Analytischen Psychologie.

2. Die beiden Pole des Gegensatzpaares sind gleichwertig, d. h., Theorie und Praxis der Analytischen Psychologie haben sie entsprechend einzubeziehen.

Die Termini „Individuation“ und „Archetypus“ dürften für eine Kennzeichnung der Analytischen Psychologie wenn

nicht ausreichend so doch sehr charakteristisch sein und sie von anderen Schulen unterscheiden, die sie zwar jetzt langsam auch terminologisch assimilieren.

Der Archetypus entspricht einem Aspekt des Allgemeinen, dem Artgemäßen; „es ist die Menschenart des Menschen, die spezifisch menschliche Form seiner Tätigkeiten“ (11). An anderer Stelle betont Jung diese Allgemeinheit noch einmal völlig unzweideutig: „Der Archetypus ist ein an sich leeres, formales Element, das nichts anderes ist als eine *facultas praeformandi*, eine a priori gegebene Möglichkeit der Vorstellungsform. Vererbt werden nicht die Vorstellungen, sondern die Formen, welche in dieser Hinsicht genau den ebenfalls formal bestimmten Instinkten entsprechen“ (12).

Die Sozietät, wie Jung es vielfach nennt, entspricht dem anderen Aspekt des Allgemeinen, dem sich der Einzelne gegenübergestellt sieht, ohne die er aber nicht leben kann, die ihn genau so bedingt wie die archetypische Grundlage seiner Existenz. „Der Mensch kann daher nicht ohne die Sozietät existieren, wie er auch nicht sein kann ohne Sauerstoff, Wasser, Eiweiß, Fett usw. Wie diese, so ist auch die Sozietät eine der notwendigsten Existenzbedingungen“ (13). Jung sieht das Ich im Spannungsfeld zwischen zwei kollektiven Mächten: „Das Ich-Bewusstsein erscheint als von 2 Faktoren abhängig: 1. von den Bedingungen des kollektiven resp. sozialen Bewusstseins und 2. von den unbewussten kollektiven Dominanten resp. Archetypen“ (14).

Bei dieser These geht es nicht um die später noch zu erwähnenden wertenden Stellungnahmen Jungs, sondern um den grundlegenden Ansatz. Dabei ist sein Bemühen, beiden Polen gerecht zu werden, unübersehbar. Äußerungen, die die Bedeutung der Individualität relativieren, sind im Gesamtwerk Jungs wahrscheinlich seltener zu finden als solche, die die in der Sozietät sich zeigende Kollektivität kritisieren, aber es gibt sie, z. B. in den „Symbolen der Wandlung“ (15):

„Die Individualität gehört zu jenen bedingten Tatsächlichkeiten, die wegen ihrer praktischen Bedeutsamkeit überschätzt werden; sie gehörten nicht zu jenen überwältigend klaren und sich darum aufdrängenden allgemeinen Tatsachen, auf welche zunächst eine Wissenschaft sich zu gründen hat [...] Dagegen ist das Unbewusste das Allgemeine, das nicht nur die Individuen unter sich zum Volke, sondern auch rückwärts mit den Menschen der Vergangenheit und ihrer Psychologie verbindet. So ist das Unbewusste in seiner über das Individuelle hinausgehenden Allgemeinheit in erster Linie das Objekt einer wirklichen Psychologie, die Anspruch darauf erhebt, keine Psychophysik zu sein.“

Jung war sich der Tatsache einer vielseitigen Bedingtheit der individuellen Existenz voll bewusst, doch wäre es eine übermenschliche Leistung, wollte man angesichts der eingangs erwähnten archetypischen Konstellationen und der bekannten Wirkungsweisen des Archetypus eine mittlere Haltung durchgängig erwarten. In den Grundlagen ist sie da, und es mag der Psychologie des Einzelnen Jungianers überlassen bleiben, wo und wie er seinen Weg innerhalb der Grenzen findet, denn „die Grenzen aber sind festgesetzt, von der Antinomie individuell und allgemein“ (16).

3. Zwischen Individuum und Gesellschaft besteht ein gegenseitiges Bedingungsverhältnis. Die Entwicklung individueller und kollektiver Verhaltensweisen sind gleichberechtigte und notwendige Ziele einer auf der Analytischen Psychologie fassenden Psychotherapie (17).

„Indem die Bewusstwerdung der Individualität zwar der natürlichen Bestimmung entspricht, so ist sie dennoch nicht das ganze Ziel. Es kann nämlich unmöglich die Absicht der Menschenerziehung sein, ein anarchisches Konglomerat von Einzelexistenzen zu erzeugen. Das entspräche zu sehr dem uneingestandenem Ideal eines extremen Individualismus, der

an sich nichts als eine krankhafte Reaktion gegen den ebenso unzulänglichen Kollektivismus ist. Im Gegensatz dazu bringt der natürliche Individuationsprozess eine Bewusstheit menschlicher Gemeinschaft hervor, weil er eben das alle Menschen verbindende und allen Menschen gemeinsame Unbewusste zur Bewusstheit führt. Die Individuation ist ein Einswerden mit sich selbst und zugleich mit der Menschheit, die man ja auch ist.“

Selbstverständlich wären hier die heute schon zur Selbstverständlichkeit gewordenen Ergebnisse der Sozialwissenschaften einzufügen, doch geht es hier nur um die Begründung der Gruppentherapie innerhalb der Analytischen Psychologie, nicht um ihre allgemeinen Grundlagen.

4. In der Analytischen Psychologie besteht die Neigung zur Abwertung kollektiver Phänomene, soweit sie die sozialen Zusammenhänge betreffen. Kollektives Bewusstsein, Sozietät, Masse werden hauptsächlich nach ihren pathologischen und für den Einzelmenschen verhängnisvollen Folgen hin analysiert und nicht in ihrer Bedeutung als Matrix individuellen Lebens, auch wenn diese Grundlage prinzipiell anerkannt wird.

Das kollektive Bewusstsein ist für Jung oft mit allen -ismen identisch. Diese Zauberworte wirken „am erfolgreichsten gerade bei den Menschen, welche den geringsten Zugang zu den inneren Tatsachen haben und am weitesten von ihrer Instinktgrundlage in die wirklich chaotische Welt des kollektiven Bewusstseins abgeirrt sind“ (18). Nach Jungs Meinung ist die Identifikation mit den Vorstellungen und Meinungen des kollektiven Bewusstseins für das Individuum gefährlich, weil damit die Inhalte des kollektiven Unbewussten verdrängt werden und entsprechende Stauungen energetischer Art entstehen. „Eine solche Identität produziert unfehlbar eine Massenpsyche mit ihrer unwiderstehlichen Katastrophenneigung“ (19).

Die innere Ordnung der Seele ist für Jung „das unerlässliche Instrument zur Reorganisation der kulturellen Gemeinschaft... im Gegensatz zu den heute so beliebten Kollektiv-Organisationen, welche unfertige Halbmenschen zusammenhäufen. Solche Organisationen haben ja nur dann einen Sinn, wenn das Material, das sie anordnen wollen, etwas taugt. Der Massenmensch taugt aber gar nichts, sondern ist bloße Partikel, die den Sinn des Menschseins, und damit der Seele, verloren hat“ (20).

An anderer Stelle (21) spricht er von einer Anhäufung von Nullitäten, auch das ein sehr hartes, wenn nicht überhebliches Urteil über die kollektiveren Formen menschlichen Verhaltens.

Das sind schwerwiegende und wertende Äußerungen, an deren Richtigkeit nur insofern kein Zweifel besteht, als damit nicht das Gesamt der sozialen Prozesse gemeint ist, sondern nur ihre pathologischen Abarten. Angesichts dieser Äußerungen kann man sich kaum noch eine gesunde menschliche Gemeinschaft vorstellen, sondern nur eine schwere Gefährdung des Einzelnen durch das soziale Bewusstsein und die Masse. Hier ist m. E. eine Rückbesinnung auf die Grundlagen der Analytischen Psychologie dringend nötig und nicht nur eine Identifizierung mit den persönlichen Meinungen Jungs.

5. Die therapeutischen Bemühungen der Analytischen Psychologie zielen bisher ausschließlich auf die Entwicklung des Einzelnen ab und sind einer auf den Einzelnen hin zentrierten Gesellschaftsauffassung verpflichtet.

Soziale und gruppenbezogene Phänomene erhalten von diesem Rahmen her ihren Stellenwert und werden nicht als Phänomene sui generis analysiert. „Ich erachte es daher für die vornehmste Aufgabe der Psychotherapie unserer Gegenwart, unentwegt dem Ziel der Entwicklung des Einzelnen zu dienen. Damit folgt unsere Bemühung dem Streben der Natur, in jedem Individuum

die größtmögliche Fülle des Lebens zu entfalten, denn nur im Einzelnen kann das Leben seinen Sinn erfüllen“ (22).

Die Entwicklung einer Gruppe als Gruppe, nicht als Summe von Einzelpersonlichkeiten gesehen, hat von diesem Standpunkt aus keinen Wert, es sei denn, man verstehe sie als Lebensgrundlage des Einzelnen Gruppenmitglieds. An dieser individualistischen Auffassung ist heute vielfach Kritik geübt worden, man hat dieses Weltbild als typisch bürgerlich und spätkapitalistisch bezeichnet. Bei aller Reserve gegenüber dieser relativen Entwertung der Freiheit und Würde des Einzelnen zugunsten einer Gewichtsverschiebung auf die Gruppe hin bleibt die Frage offen, ob sich nicht möglicherweise eine neue Phase der Geschichte anbahnt, bei der es um die Reifung von kleinen und großen Gruppen und eine entsprechende Differenzierung geht. Jung hatte deren Unbewusstheit ja immer wieder betont. Es gibt eigentlich keinen Grund, diese Annahme, dass eine solche Entwicklung jetzt im Sinne der fortschreitenden Bewusstwerdung liege, grundsätzlich abzulehnen.

Die Entwicklung der Ansichten Jungs steht stark unter dem Eindruck der Wirkung totalitärer Staatsapparate und einer diesen eventuell ideologisch verpflichteten Psychologie, der gegenüber er die Rechte des Einzelnen Menschen mit aller Entschiedenheit vertritt. Er weigert sich, die Psychotherapie „als ein Hilfsmittel zur Erzeugung einer staatlich nützlichen Hilfskraft“ anzusehen und sie auf diese Weise zu einem „zweckgebundenen Technizismus“ werden zu lassen, „dessen einziges Ziel die Erhöhung der sozialen Leistung sein kann. Die Seele ginge ihres Eigenlebens verlustig und würde zu einer nach staatlichem Gutdünken zu verwendenden Funktion. Was endlich die Heilungsabsicht der Therapie anbelangt, so würde die geglückte totale Eingliederung in das staatliche Gefüge zum Kriterium der Heilung“ (23).

Diese Argumente haben kaum etwas von ihrer Gültigkeit eingebüßt, Jungs Kritik an der sozialen Leistungsfähigkeit als

Maßstab der Therapie entspricht genau der allgemeinen Diskussion um die Problematik unserer Leistungsgesellschaft.

6. Jungs Auffassung über Sozietät und Masse fußt auf einer heute überholten Massenpsychologie, in der das Phänomen Gruppe nicht beachtet wurde.

Wie z. B. von Hoffstetter nachgewiesen wurde, sind die Annahmen der alten Massenpsychologie eher affektiv abwehrende Stellungnahmen und nicht sachliche wissenschaftliche Analysen. Die Masse erscheint als das böse Monstrum, gekennzeichnet durch Primitivität, „urweltliche Mordlust und Bluttausch“ (24). Der Staat stellt sich unter diesen Aspekten als eine „Anhäufung aller Nullitäten, aus denen er besteht,“ dar, und dieses Monstrum liegt geistig und ethisch in jeder Hinsicht weit unter dem Niveau der meisten Einzelnen, aus denen es sich zusammensetzt. Diese Kriterien sind „Massenpsychologie in höchster Potenz“ (25).

Demgegenüber erscheint es aber viel konstruktiver, von Großgruppen und nicht von Massen zu sprechen, *nomen est omen*. So geartete Monstren erschrecken und lahmen den Einzelnen. Großgruppen fordern zur Entwicklung von Methoden und neuen Gesichtspunkten heraus, die eine Lösung der vielfältigen und sicher oft gefährlichen Probleme ermöglicht. Gerade dazu sollte und könnte die Analytische Psychologie wichtige Beiträge leisten, nicht zuletzt aufgrund der von ihr erkannten kompensatorischen Dynamik von kollektivem Bewusstsein und kollektivem Unbewusstem. Zwischen diesen beiden Mächten muss das Ich des Einzelnen sich behaupten. „Das ist aber nur dann möglich, wenn es sich nicht nur des einen, sondern auch des anderen bewusst ist“ (26).

Daraus folgt für die Praxis der Psychotherapie die Notwendigkeit, beide Aspekte in den Bewusstwerdungsprozess einzubeziehen. Dafür bieten aber globale und von vornherein negativ bewertete Massenkonzeppte keine Basis. Sie führen nur

zu erneuter Distanzierung, nicht zur inneren und äußeren Auseinandersetzung. Hier bietet die Gruppenpsychologie Ansätze an, die eine Verwirklichung der von Jung angestrebten Ziele möglich erscheinen lassen.

7. Die Kritik Jungs an der Masse und ihre das Individuum gefährdende Wirkung ist über den Einbezug des Gruppenphänomens in den therapeutischen Verlauf überwindbar.

Eine Einzeltherapie, die vor dem Hintergrund einer so gefährlich gezeichneten Masse abläuft, wird die Gefährdung des Individuums nicht aufheben, da ihm die konkrete Erfahrung seiner sozialen Reaktionen, insbesondere aber aller Identifikationsbereitschaften, vorenthalten wird. Die Gruppentherapie fördert nicht die Vermassung, sie beugt ihr vor durch Bewusstwerdung der eigenen Erlebnisweisen in der Gruppe. Um der Gefährdung, die in der ständigen Identifikation und damit im Verlust des individuellen Eigenlebens liegen, zu begegnen, schlägt Jung die Bewusstwerdung des eigenen Schattens und der Archetypen vor (27). Nach den hier erörterten Befunden ist aber eine Ergänzung im Sinne des Gruppengeschehens empfehlenswert.

Jung kritisiert „jene moderne Tendenz [...], den inneren Zusammenhalt des Menschen durch äußere Gemeinschaft zu ersetzen, wie wenn einer, der keine Gemeinschaft mit sich selber hat, einer äußeren überhaupt fähig wäre“ (28). Er bezeichnet diese Tendenz als verwerflich und sieht darin den Nährboden für eine Vermassung. Was Jung behauptet, ist Folgendes: Innere Spaltung und Verdrängung soll durch äußere Gemeinschaft künstlich überbrückt und negiert werden. Zum anderen soll die Verselbstständigung des Einzelnen durch Einbettung in eine wie auch immer geartete Gemeinschaft umgangen, vielleicht auch bewusst verhindert werden.

Gerade an dieser Stelle lässt sich aber sehr genau zeigen, wie die Gruppentherapie eine mögliche Antwort auf das von Jung

formulierte Problem darstellt. Ein großer Teil der praktischen Arbeit in der analytischen Gruppe läuft darauf hinaus, die inneren Parallelen der äußeren, sozialen Interaktionen in der Gruppe sehen zu lernen und sich den eigenen inneren Anteil bewusst zu machen. Das heißt, dass der Außenseiter, der aggressiv abgelehnt oder ausgestoßen wird, gleichzeitig der dunkle innere Bruder ist, den man nicht annehmen kann. Es geht um das Wiedererkennen der inneren Prozesse im sozialen Geschehen. Damit bietet aber gerade die Bewusstwerdung der in der Gruppe verlaufenden Prozesse die Möglichkeit, den inneren Zusammenhalt des Menschen zu fördern und seine Neigung, ihn durch äußere Zusammenhalte zu ersetzen, dabei aber infantil und unbewusst zu bleiben, zu bearbeiten.

Damit geschieht über die soziale Interaktion das Werden der inneren Vollständigkeit, die Jung unter anderem als Ziel der analytischen Arbeit formuliert hat. In diesem Zusammenhang ist darauf zu verweisen, dass der Unterschied der therapeutischen Gruppe zur anonymen oder spontan in sozialen Zusammenhängen sich bildenden Gruppe unter anderem in der Anwesenheit des Therapeuten liegt, der deutend eingreift. Eventuell auftretende Mordgelüste oder Neigungen zur Lynchjustiz, wie sie ja in Großgruppen genügend bekannt sind, werden genauso behandelt und gedeutet wie Ausdrucksformen des individuellen Sadismus in der Einzelbehandlung.

Die bisherigen Ausführungen zusammenfassend, möchte ich Folgendes feststellen:

Analytische Psychologie und Gruppentherapie schließen sich nicht aus. Die Gruppentherapie bietet die Möglichkeiten, zentrale Fragen der Analytischen Psychologie, nämlich die der Festigung des Einzelnen angesichts der Gefahren in Großgruppen, konstruktiv zu bearbeiten.

Die Analytische Psychologie muss sich um eine differenzierte Bearbeitung beider Pole des Gegensatzpaares Persönlichkeit und Kollektivität bzw. Gesellschaft bemühen. Eine Verteufelung des

einen Pols erhöht die energetische Wertigkeit des anderen mit allen bekannten Folgen der Dissoziation, Autonomie und Pathologie.

Die Außerachtlassung des Gruppenphänomens ist angesichts der Wichtigkeit der damit zusammenhängenden Fragen nicht vertretbar.

Einbezug der Gruppentherapie in den Rahmen der Analytischen Psychologie heißt nicht, sie zu der Therapieform zu erklären, es heißt Ergänzung bewährter Konzepte und Techniken in theoretischer und praktischer Hinsicht.

Differenzielle Thesen zur Gruppentherapie im Rahmen der Analytischen Psychologie

Die bisherigen Erörterungen sollten die Vereinbarkeit von Gruppentherapie und Analytischer Psychologie aufzeigen sowie ihre Stellung im Rahmen der Theorie und Praxis begründen. Ich habe versucht, das ausführlich mit Äußerungen Jungs zu vergleichen und dann entsprechende Schlüsse zu ziehen. Die folgenden Thesen beziehen sich auf die Ansätze zur praktischen analytischen Arbeit mit Gruppen.

8. Die Konzepte der Analytischen Psychologie sind als Wahrnehmungs- und Interaktionsstile auf die Gruppe anwendbar, unterscheiden sich aber von den Eigengesetzlichkeiten der Gruppe.

Es hat den Anschein, als seien Gruppen zum Tummelplatz aller möglichen Auffassungen geworden, seien sie politischer, religiöser, wissenschaftlicher oder sonstiger Herkunft. Die Gruppe muss gewissermaßen dafür herhalten, dass an ihr, unterstützt durch entsprechende Manipulationen, die Richtigkeit der jeweiligen Auffassungen bewiesen wird. Es ist aber anzunehmen, dass die Gruppe als Teil des grundsätzlich menschlichen Verhaltensmusters primär nicht dazu dienen sollte, Ideologien zu beweisen. Sie ist

ein Lebensphänomen sui generis der Gattung Mensch und auch bei Tieren nicht unbekannt. Sie hat ihre eigenen Gesetze. Diese Gesetze, auch wenn sie erst zum Teil bekannt sind, möchte ich klar von der Anwendung anderer, im Grunde gruppenfremder Theorien auf die Gruppe unterscheiden. Genauer gesagt: In der Gruppe oder mithilfe der Gruppe ist es möglich, die einen oder anderen Erlebnisweisen bzw. Einsichten zu vermitteln, den einzelnen Gruppenmitgliedern bei der Erreichung bestimmter Ziele zu helfen, die Gruppe als solche ist davon aber streng zu unterscheiden. In diesem Sinne spreche ich von Wahrnehmungs- und Interaktionsstilen, Sichtweisen und Verhaltensformen, die an die Gruppe herangetragen werden. Ein Jungianer bringt andere Konzepte in die Gruppe ein als etwa ein Psychoanalytiker oder ein Quäker.

9. Die Gruppe ermöglicht eine Bewusstwerdung des kollektiven Bewusstseins als eines Systems von Selbstverständlichkeiten, allgemeinen Grundsätzen und „Wahrheiten“, in denen der Mensch lebt und mit denen er voll identifiziert ist.

Jung ist nie müde geworden, auf die große Gefährdung des Individuums durch den Einbruch kollektiver Mächte, vorzugsweise über den Mechanismus der Identifikation, hinzuweisen. Das Ich muss eine Mittelstellung einnehmen können, sich möglichst mit keiner der beiden Seiten identifizieren, weder der des kollektiven Bewusstseins noch der des kollektiven Unbewussten. „Selbst wenn es sich um eine große Wahrheit handeln sollte, so wäre die Identifizierung damit doch so etwas wie eine Katastrophe, indem sie nämlich die weitere geistige Entwicklung stillstellt“ (29).

Die Bewusstwerdung der Selbstverständlichkeiten beginnt oft mit ganz einfachen Alltagsfragen. Da geht es um das Problem, immer gut sein zu müssen, nichts falsch machen zu dürfen, egoistische Regungen grundsätzlich zu unterdrücken usw. Jedes der einzelnen Gruppenmitglieder bringt eine Menge solcher

Grundsätze in den Gruppenprozess ein. Die Auseinandersetzung ermöglicht die Bewusstwerdung wenigstens 8 (bzw. der Anzahl der Gruppenteilnehmer) verschiedener Ausschnitte des kollektiven Bewusstseins, die sich natürlich teilweise überschneiden, aber auch nuancieren.

Der Vergleich der jeweiligen Selbstverständlichkeiten und moralischen Grundsätze, nach denen der Einzelne bisher, oft voller Angst, gelebt hat, gehört zu den eindringlichsten Erlebnissen in einem Gruppenprozess. Vollständigkeit kann und braucht nicht angestrebt zu werden, aber die Fähigkeit eines bewussteren Umgangs mit diesen kollektiven Mächten und den entsprechenden Introjekten wird entwickelt. Es geht oft um die Fähigkeit, die eigenen Reaktionen, etwa die einer angstvollen Identifikation, einer Verleugnung des eigenen Gefühls angesichts moralischer Grundsätze, oder überhaupt die Einmaligkeit der eigenen Existenz kennenzulernen. All dies kann m. E. in der Gruppe eindeutig besser erlangt werden als in der Einzeltherapie. Damit wird die Gruppe zu einer Möglichkeit einer gesellschaftlichen Psychohygiene. Die Erweiterung und Differenzierung des individuellen Bewusstseins ermöglicht dann die Emanzipation von den kollektiven Gesetzmäßigkeiten, und „proportional seiner Erweiterung wächst der Grad der empirischen Willensfreiheit“ (30).

Demgegenüber liegt in der Einzelanalyse die Gefahr, das System eigener Selbstverständlichkeiten mit dem seines Analytikers zu vertauschen. Dieses Risiko ist aufgrund der ganz anders gearteten Übertragungsverhältnisse in der Gruppe geringer.

10. In der Gruppe zeigen sich die verschiedenen Einstellungstypen und Bewusstseinsfunktionen. Das ermöglicht Einsicht in die eigene typologisch bedingte Einseitigkeit der Sicht- und Erlebnisweise und der daraus resultierenden inneren und äußeren Konflikte.

Es ist in der Einzelbehandlung bekanntlich sehr schwierig, dem Analysanden die Reaktion und Reaktions- und Erlebnisweise eines anderen Einstellungs- oder Funktionstypus aufzuzeigen. Beschreibungen oder das Nachlesen bei Jung hilft wenig, selbst wenn der eigene Typus einigermaßen bekannt sein sollte. In der Gruppe ergibt sich diese Erfahrung von selbst und ist konkret fassbar. Die Zusammenhänge, die zwischen bestimmten Missverständnissen oder Aversionen und typologischen Gegensätzen bestehen, werden bewusst. Wird diese Seite menschlichen Verhaltens durchsichtig, so führt die Anerkennung prinzipiell anderer aber eben gleichberechtigter Sichtweisen zu einer größeren Toleranz und Einfühlung in Andersdenkende, zu einer bewussteren Gemeinschaft.

Die Interaktionen in der Gruppe zeigen die ganze, oft neurotische Dynamik, wie sie sich aus der Einseitigkeit der bewussten Einstellungen ergibt. Die freie Interaktion der Gruppenmitglieder, analog der freien Assoziation in der Einzelanalyse, ermöglicht die Entwicklung der gesamten Affektivität, die zur Verteidigung einer eigenen Bewusstseinsdominante aufgeboten werden kann. Wie Jung gezeigt hat, ist die bewusste Einstellung „immer zum Mindesten eine Art Weltanschauung, wenn sie nicht geradezu eine Religion ist“ (31).

Die ganze Vielfalt der Konflikte innerer und äußerer Art, wie sie sich aus der Typenfrage ergeben, spiegeln sich in der Dynamik der Gruppe wider und bieten eine Fülle von Erlebnis- und Einsichtsmöglichkeiten, die ohne Einbezug der Gruppentherapie m. E. viel schwieriger, wenn überhaupt, gewonnen werden können. Ohne Gruppe ist der Analytiker ausschließlich auf die Erfahrungen angewiesen, die der Analysand von außerhalb berichtet. In der Gruppe kann er das Kontaktverhalten direkt beobachten und bearbeiten.

Der Gegentypus stellt gewisse Aspekte der eigenen unbewussten Seite dar, das heißt aber, über die Interaktion in der Gruppe bahnt sich der Weg zum eigenen Unbewussten, dessen

Einbeziehung wiederum die sozialen Interaktionen im Sinne der Verselbstständigung und Toleranz verändert.

11. Der „Schatten“ wird in der Gruppe rascher und intensiver erlebbar als in der Einzeltherapie.

Das alte Wort vom Balken im eigenen und vom Splitter im Auge des anderen wird in der Gruppe zum aktuellen Erlebnis. Sowohl die persönlichen als auch die kollektiven Schattenaspekte, durchaus auch in geschlechtsspezifischer Hinsicht, zeigen sich in der Gruppe oft schon nach kürzester Zeit mit aller wünschenswerten Deutlichkeit. Dabei ist es im Grunde gleichgültig, ob Rivalitäten, Angst und Heuchelei, sadistische Impulse usw. als aus der persönlichen Geschichte kommend oder als Möglichkeit der menschlichen Bosheit überhaupt angesehen werden. Diese theoretischen Rahmen sind von geringerer Bedeutung als das intensive Eifersuchterleben in einer Gruppe, aus dem dann mühsam der langwierige Weg zum bewussten Umgang mit diesen Reaktionen gesucht und erlernt wird. Bekanntlich gehören auch viele unserer zärtlichen Regungen in den Schattenbereich. In unserer Zeit wird, und bei unseren Patienten nicht zuletzt durch den Einfluss der Wertungen des Therapeuten, die Entwicklung aggressiver Strebungen gefördert, um nicht zu sagen gefordert. Den zärtlichen Regungen und dem Ausdruck der Liebe schenkt man weniger Beachtung. In der Gruppe fällt es dem Einzelnen durchaus leichter, seine Wut über ein anderes Gruppenmitglied zu äußern und sich eigene aggressive Impulse bewusst zu machen, als ihm zu sagen, dass er jetzt ein warmes Gefühl empfindet und ihm eigentlich übers Haar streichen möchte. Mut zum Zärtlichsein, aber auch Mut, sich zu verteidigen oder mit offenem Visier zu kämpfen und nicht die alten, von Kindesbeinen an erlernten Schleichwege in der Auseinandersetzung mit dem Nächsten zu begehen, kann sich in der Gruppe entwickeln. Im Endeffekt vielleicht ein „Mut zum Sein“, wie Tillich (32) es einmal genannt hat.

Die Erkenntnis des Schattens wird von Jung einmal als „der einzige Schutz gegen die kaum zu überschätzenden Gefahren der Überwältigung durch die politische Propaganda“ (33) bezeichnet. Die Frage des Schattens beschränkt sich eben nicht nur auf die Abweichungen von der bekannten bürgerlichen Moral, sondern überhaupt auf den Umgang mit dem noch Lebendigen und wirklichen Primitiven im zivilisierten Menschen (34). Der Schatten zeigt die Grenze der Vernunft, und genau diesen Prozess kann jedes Gruppenmitglied bei sich und bei den anderen – da natürlich zuerst – beobachten.

12. Die Gruppe ermöglicht eine nuancierte Begegnung mit dem anderen Geschlecht als dem äußeren und inneren Problem.

Wie in der Einzelanalyse sind auch in der Gruppenbehandlung Partnerschafts- und Ehefragen ein häufiges Thema. Es hat mich immer wieder fasziniert, zu beobachten, wie dem einzelnen Gruppenmitglied grundsätzliche Erkenntnisse über das andere Geschlecht anhand der vorgetragenen Äußerungen oder berichteten bzw. selbst beobachteten inneren Reaktionen erwachsen sind. Vergleiche zum eigenen Partner, die ein anderes Gruppenmitglied förmlich aufdrängt, oder Parallelen zu Vater und Mutter werden ganz anders erlebbar, als es von der Einzelbehandlung her bekannt ist. Ganz besonders aber zeigen sich die eigenen Reaktionen, seien sie Hass, Mitleid, Schutzbedürfnis, Anklammerungswunsch usw.

Über die Gruppe erlernt der Einzelne den Umgang mit seiner eigenen Seele angesichts des Partners, er erlernt die Rücknahme von Erwartungen, Projektionen und infantilen Wünschen, er lernt sehen, wie er dem anderen seine eigene Selbstverwirklichung aufbürdet, wie er wünscht, dass der andere das realisiert, was er selbst tun möchte und sollte. Das ist m. E. der Ansatz zur Analyse von Anima und Animus, obwohl ich diese Begriffe in der Gruppe nie brauchen würde. Die Realität des eigenen Gefühls, der eigenen Weichheit, aber auch der eigenen Tatkraft oder Sinngebung wird

dann zur bewussten Aufgabe und kann nicht mehr auf den anderen verschoben werden. Ich möchte nicht behaupten, dass dieses „Meisterstück“ der Auseinandersetzung mit Anima oder Animus, wie Jung es genannt hat (35), in der Gruppe geleistet werden könnte. Die Gruppe bietet aber eine ganz wesentliche Hilfestellung, dieses das ganze Leben durchziehende Problem bewusster zu sehen und zu bearbeiten. Es scheint mir auch wesentlich, dass viele Anima- und Animus-Projektionen in der Gruppe erlebbar werden und dadurch wahrscheinlich konflikthafte Verwicklungen, die sonst das Leben komplizieren würden, wenigstens zum Teil vermieden werden können.

13. Archetypische Phänomene können im Gruppenprozess nachgewiesen werden.

Diese These möchte ich von mehreren Aspekten her kommentieren:

a) Das Gruppenphänomen als solches könnte mit Fug und Recht als „archetypisch“ bezeichnet werden. Es entspricht m. E. den in der Analytischen Psychologie verwendeten Kriterien. Damit ist das Gruppenerleben als solches ein Rückbezug oder Embezug einer archetypisch instinkthaften Basis unseres Lebens und als solcher eine notwendige Ergänzung des individuellen Bewusstseins. Viele grundlegende Erlebnisse, wie Initiation, Wandlungsmysterium, Wiedergeburt, religiöse Offenbarung, können auch über die Gruppe gehen, wobei allerdings die zentrale Stellung des einsamen Ringens mit der Gottheit nicht übersehen werden darf.

b) Die Gruppe vermittelt das Erlebnis eines tragenden Grundes, eines Nährbodens, aus dem man leben kann. Das provoziert alle uralten Sehnsüchte nach Geborgenheit und mütterlichem Schutz, wie sie jeder Mensch kennt und wie sie durch entsprechende Kindheitserlebnisse noch erheblich verstärkt werden können. Aber gerade dieses Erlebnis und die Bewusstwerdung dieser

Sehnsüchte nach einem verlorenen Paradies gehören m. E. zu den wesentlichen Einsichtsmöglichkeiten, die in der Gruppentherapie vermittelt werden können. Eine Durcharbeitung dieser allgemeinhin menschlichen Fragen bietet einen gewissen Schutz, Geborgenheit noch dort zu suchen, wo doch nur Ideologien verkauft werden und der Einzelne um seine Seele betrogen wird. Natürlich besteht die Gefahr, in der Gruppe erneut Vater und Mutter zu sehen, doch ist dieses Risiko einer permanenten Bindung bei keiner analytischen Arbeit völlig auszuschließen und bei ichschwachen Strukturen auch wahrscheinlich.

Ich möchte mit aller Vorsicht behaupten, dass der Mutterarchetypus sich mit Wahrscheinlichkeit in jeder Gruppe konstellierte, sowohl in seinen negativen als auch in seinen positiven Aspekten.

c) Von psychoanalytischer Seite (36, 37) wurde auf Gruppenphänomene hingewiesen, die durchaus als archetypische Fantasien bezeichnet werden könnten. Der von Foulkes verwendete Begriff der Matrix (38), die sich im Laufe des Gruppenprozesses bildet und aus der die Gruppe schöpft, scheint mir eine andere sprachliche Formulierung dessen zu sein, was wir mit Mutter-Archetypus meinen.

Bions Beobachtung der „basic assumptions“ knüpft ebenfalls an unsere Vorstellung vom Archetypus an. Er spricht die Befürchtung aus, „dass der Einzelne aus der Gruppe Vater und Mutter macht und dabei so abhängig, unsicher und infantil bleibt, wie er war“ (39). Das Risiko der Gruppentherapie besteht für ihn im Steckenbleiben auf kollektivem Niveau. Diese Gefahr besteht sicher bei der Eingliederung in eine nichtanalytische Gruppe, im Rahmen der Gruppentherapie scheint mir aber der Bewusstwerdungsprozess so im Vordergrund zu stehen, und außerdem scheint mir die Chance zu bestehen, dass dem Einzelnen gerade diese „notorische Neigung des Menschen, sich an andere und an -ismen anzuklammern, anstatt Sicherheit und Selbstständigkeit in sich selber zu finden“

immer neu bewusst wird. Gerade über die Gruppe lässt sich diese uralte Schwäche etwas überwinden.

Zusammenfassend erscheint mir folgende These berechtigt:

14. Die Gruppe eröffnet Möglichkeiten, strukturelle und dynamische Konzepte, wie sie die Analytische Psychologie vertritt, bewusst zu machen und durcharbeiten. Sie fordert die Entwicklung des Einzelnen, wie sie im Rahmen der Analytischen Psychologie gesehen wird.

Summary: Group Therapy in Analytical Psychology

The opinion that analytical group psychotherapy may be viewed as a complementary segment of Analytical Psychology is based on Jung's Statements. Of necessity the individual and the group condition one another. Group therapy corresponds in practice to one pole of this archetypal pair of opposites. The negative accentuation of group processes represents an arbitrary one-sided view of the total conception. Such Statements of Jung's supporting this are based partially on currently untenable assumptions of old mass psychology. The individual constructs of Analytical Psychology are easily visible in group processes and are of therapeutic value.

Literatur

- 1 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 92 (Rascher, Zürich 1954).
- 2 Fierz, M.: Symbole in der Wissenschaft, insbesondere der Physik, in Traum und Symbol, pp. 11-33 (Rascher, Zürich 1963).
- 3 Jung, C. G.: Psychologie und Alchemie (Rascher, Zürich 1952).
- 4 Franz, M.-L von: Der Traum des Descartes; in Zeitlose Dokumente der Seele, p. 52 (Rascher, Zürich 1952).

- 5 Jung, C. G.: Psychologie und Alchemie, p. 642 (Rascher, Zürich 1952).
- 6 Jung, C. G.: Psychologie und Alchemie, p. 640 (Rascher, Zürich 1952).
- 7 Jung, C. G.: Grundsätzliches zur praktischen Psychotherapie; Ges. Werke, vol. 16, p. 5 (Rascher, Zürich 1958).
- 8 Jung, C. G.: Grundsätzliches zur praktischen Psychotherapie; Ges. Werke, vol. 16, p. 3 (Rascher, Zürich 1958).
- 9 Jung, C. G.: Grundsätzliches zur praktischen Psychotherapie; m Ges. Werke, vol. 16, p. 3 (Rascher, Zürich 1958).
- 10 Jung, C. G.: Psychologie und Alchemie, p. 641 (Rascher, Zürich 1952).
- 11 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 94 (Rascher, Zürich 1954).
- 12 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, pp. 95-96 (Rascher, Zürich 1954).
- 13 Jung, C. G.: Psychotherapie in der Gegenwart; Ges. Werke, vol. 16, p. 112 (Rascher, Zürich 1958).
- 14 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 583 (Rascher, Zürich 1954).
- 15 Jung, C. G.: Symbole der Wandlung, p. 293 (Rascher, Zürich 1952).
- 16 Jung, C. G.: Grundsätzliches zur praktischen Psychotherapie; Ges. Werke, vol. 16, p. 5 (Rascher, Zürich 1958).
- 17 Jung, C. G.: Psychotherapie in der Gegenwart; Ges. Werke, vol. 16, p. 115 (Rascher, Zürich 1958).
- 18 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 566 (Rascher, Zürich 1954).
- 19 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 587 (Rascher, Zürich 1954).
- 20 Jung, C. G.: Die Psychologie der Übertragung; Ges. Werke, vol. 16, p. 345 (Rascher, Zürich 1958).
- 21 Jung, C. G.: Psychotherapie in der Gegenwart; Ges. Werke, vol. 16, p. 112 (Rascher, Zürich 1958).
- 22 Jung, C. G.: Psychotherapie in der Gegenwart; Ges. Werke, vol. 16, p. 117 (Rascher, Zürich 1958).
- 23 Jung, C. G.: Psychotherapie in der Gegenwart; Ges. Werke, vol. 16, p. 114 (Rascher, Zürich 1958).
- 24 Jung, C. G.: *Mysterium Coniunctionis*, vol. 2, p. 117 (Rascher, Zürich 1956).
- 25 Jung, C. G.: Psychotherapie in der Gegenwart; Ges. Werke, vol. 16, p. 112 (Rascher, Zürich 1958).
- 26 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 585 (Rascher, Zürich 1954).

- 27 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 587 (Rascher, Zürich 1954).
- 28 Jung, C. G.: *Mysterium Coniunctionis*, vol. I, p. 11, p. 45 (Rascher, Zürich 1955).
- 29 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 585 (Rascher, Zürich 1954).
- 30 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 501 (Rascher, Zürich 1954).
- 31 Jung, C. G.: *Psychologische Typen*; Ges. Werke, vol. 6, p. 566 (Rascher, Zürich 1960).
- 32 Tillich, P.: *Der Mut zum Sein* (Steingrüben, Stuttgart 1958).
- 33 Jung, C. G.: *Mysterium Coniunctionis*, vol. I, p. 279 (Rascher, Zürich 1955).
- 34 Jung, C. G.: *Mysterium Coniunctionis*, vol. I, p. 279 (Rascher, Zürich 1955).
- 35 Jung, C. G.: Von den Wurzeln des Bewusstseins, p. 39 (Rascher, Zürich 1954).
- 36 Bion, W. R.: *Erfahrung in Gruppen und andere Schriften* (Klett, Stuttgart 1971).
- 37 Foulkes, S. H. und Anthony, E.J.: *Group Psychotherapy*. Pelecan Books (1971).
- 38 Foulkes, S. H.: *Dynamische Prozesse in der gruppenanalytischen Situation*; in Heigl-Evers *Psychologie und Gruppe*, p. 18 (Vandenhoeck und Ruprecht, Göttingen 1971).
- 39 Bion, W. R.: *Erfahrung in Gruppen und andere Schriften*, p. 111 (Klett, Stuttgart 1971).