Persönlichkeitstheorien

GERTRUDE THIL-EICHER / MAG. DR. FELICITAS DATZ

Warum Persönlichkeitstheorien im Psychotherapeutischen Propädeutikum?

- Das Menschenbild (= die Persönlichkeitstheorie) ist die **„Basis“** der unterschiedlichen psychotherapeutischen Methoden
- Abhängig davon sind Diagnostik, Technik + Behandlung
- Menschenbild ist entscheidend für Beziehungsgestaltung
- Es gilt das **Dodo - Verdikt** ABER dennoch existieren wesentliche Unterschiede in der theoretischen Ausrichtung



Dodo / Dronte oder kapuzentragender Nachtvogel

Alice im Wunderland (Carroll,L,1865)

Kauz-und Echsenlauf
im Kapitel Tränenmeer:

TN laufen im Kreis ohne festgelegte Richtung oder Regeln, es gibt keinen Start und kein Ziel. Jeder kann jederzeit starten und aufhören – bis er trocken ist

ALLE haben GEWONNEN!



Dodo-Verdikt in der Psychotherapie

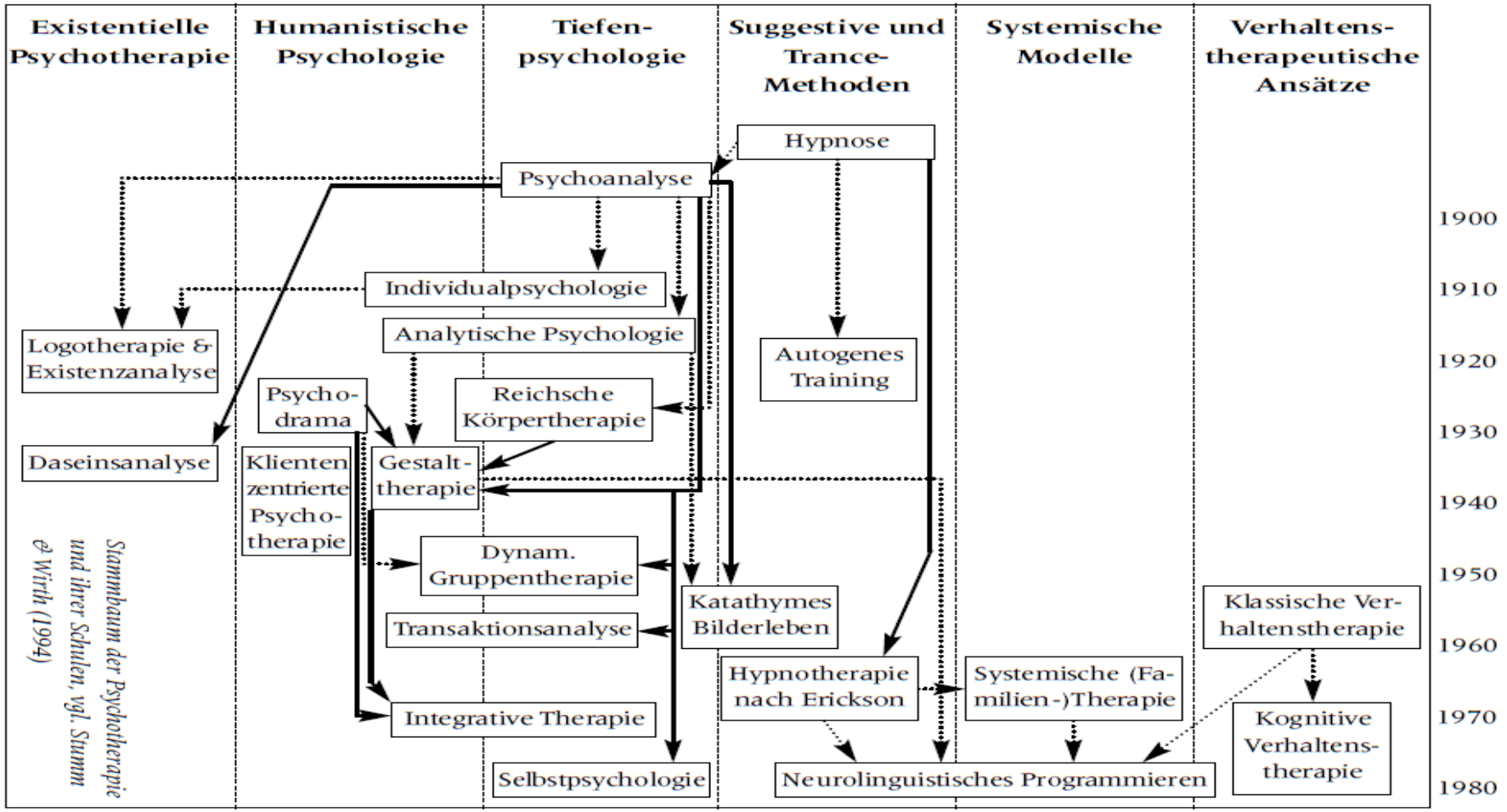
Saul Rosenzweig (USA, 1936)

- **Hauptsächlich allgemeine und nicht therapiespezifische Wirkfaktoren der Psychotherapie**



Wie viele Psychotherapierichtungen braucht Österreich?

Stammbaum Psychotherapie Stumm&Wirth 1994



Was ist Persönlichkeit?

Persönlichkeitsbegriff

- Bereits Platon, Aristoteles beschäftigten sich mit dem Begriff der **„Person“**
- Ableitung von **Persona** (die Maske im antiken griechischen Theater), in der römischen Antike die „Rolle, Ansehen, Würde“ im öffentlichen Leben
- **Boethius** (spätantiker röm. Philosoph und Theologe) definiert Persönlichkeit in anderem Sinne: **„persona est naturae rationalis individua substantia“**
  = „die Person ist die individuelle Substanz einer vernünftigen Natur“
- Ist also Persönlichkeit eine „soziale Maske“ oder „naturgegeben“?
- Bis heute zahlreiche existieren dazu zahlreiche unterschiedliche Definitionen



Versuch einer Definition



Persönlichkeit ist

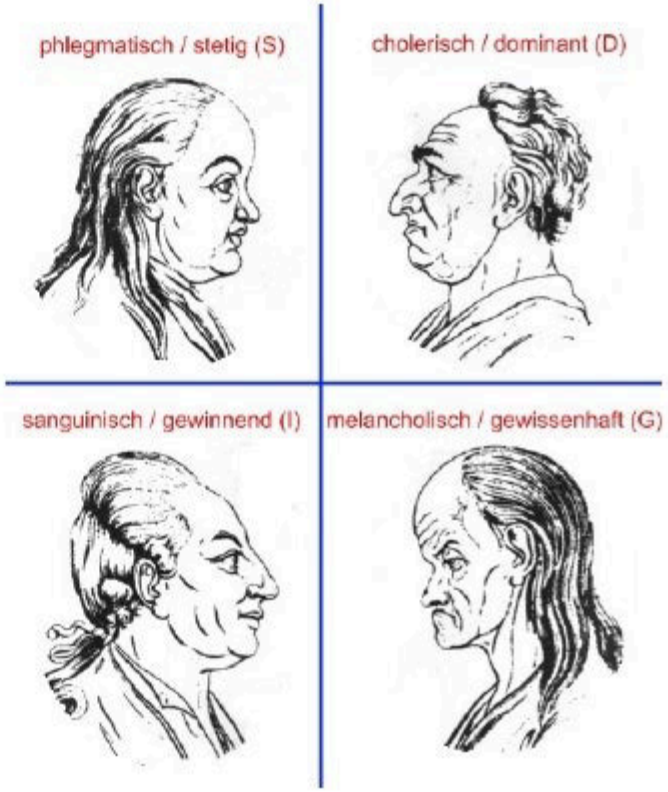
die **individuelle** Konstellation der Eigenschaften eines Menschen, seine **unverwechselbare Art zu denken**, **zu empfinden** und **Beziehungen zu gestalten**

Persönlichkeitsbegriff in der Psychologie

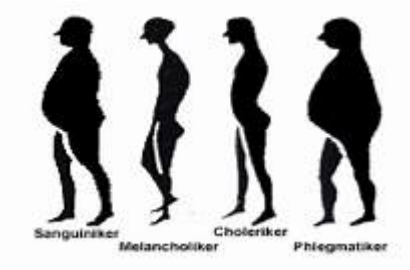
- Hat kein allgemein anerkanntes überspannendes System
- Ist gekennzeichnet von einer Reihe intellektuell anregender konkurrierender Betrachtungsweisen

Urväter der P.-Typologie

Vier Temperamente nach Hippokrates (400 v. Chr.) und Galen (190)



Quelle: http://career-test.de/einstellungstest/DISG-Persoenlichkeitsprofil.html



Theorie der „Leibsäfte“ (Humoralpathologie / Viersäftelehre)

Sanguiniker	– Blut
Phlegmatiker	– Schleim
Choleriker	– gelbe Galle
Melancholiker	– schwarze Galle

Ernst Kretschmer , 1921: Körperbau und Charakter

Leptosomer Typ (leptos = fein)	Athletischer Typ (athletikos = zum Wettkampf geeignet)	Pyknischer Typ (pyknos = dicht, fest)
		
Schizophrenie	Epilepsie	Depression – Manie
Schizotyhmes Temperament	Viskōses Temperament	Zyklothymes Temperament

Wie viele Faktoren braucht man zur Persönlichkeitsbeschreibung?

- **1947, Eysenk: 3 Faktoren**: Introversion, Extraversion, Neurotizismus (später auch Psychotizismus)
- **1985, Costa, McCrae et.al: 5 Faktoren / BIG FIVE** durch faktorenanalytische Verfahren
  „ein zeitgenössicher Eigenschaftsansatz“
- **2004, Ashton et al.: sechs und mehr Faktoren**
  Trotz aller widersprüchlichen Befunde sind Extraversion und Neurotizismus zwei grundlegende Persönlichkeitsdimensionen

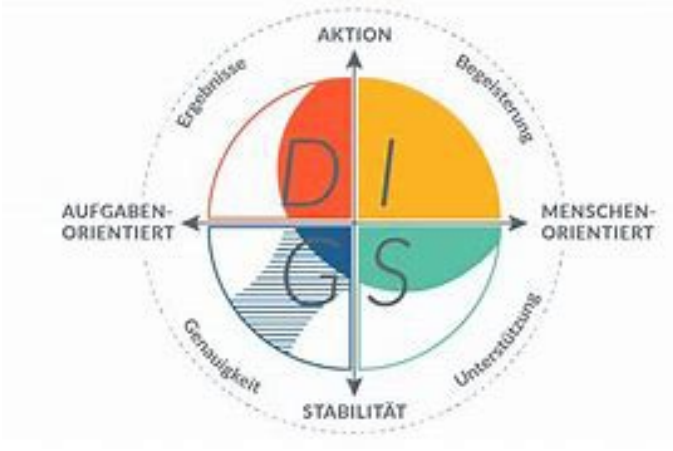
Die (Mindest)Anzahl der grundlegenden Persönlichkeitsdimensionen bleibt umstritten

7 Bereiche zur Beschreibung der Persönlichkeit nach Guilford (1970)

- **Morphologie**: Größe, Gewicht, Hautfarbe
- **Physiologie**: Blutdruck, Stoffwechselvorgänge
- **Bedürfnisse**: konstante Präferenzen für bestimmte Zustände(z.B. Harmoniebedürfnis)
- **Interessen**: konstante Präferenz für Tätigkeiten
- **Einstellungen**: Konstante Haltungen und Meinungen i. Zshg mit sozialem Verhalten
- **Eignung:** Fähigkeiten, die für bestimmte Tätigkeiten notwendig sind
- **Temperament**: dispositionelle Persönlichkeitsmerkmale (z.B. Impulsivität)

MBTI – DISG – Big FIVE







Persönlichkeitstypen • Welche gibt es? · [mit Video]

Big Five

Big Five • Ein Modell der Persönlichkeit · [mit Video]

- Man geht von einem ***kontinuierlichen Spektrum*** aus, jedes Merkmal kann gering bis stark ausgeprägt sein
  = *theoretisch unendlich viele Stufen*
- ***Es ergeben sich also ganz individuelle Persönlichkeitsprofile***

Persönlichkeitsbegriff in der Psychotherapie

- **Persönlichkeit = „relativer“ Begriff**
  in den verschiedenen Hauptströmungen der Psychotherapie
- **Persönlichkeit** bezeichnet
  je nach Therapieschule
  etwas ganz Spezifisches
  (oder wird überhaupt abgelehnt)



Fragen an die Persönlichkeitstheorie

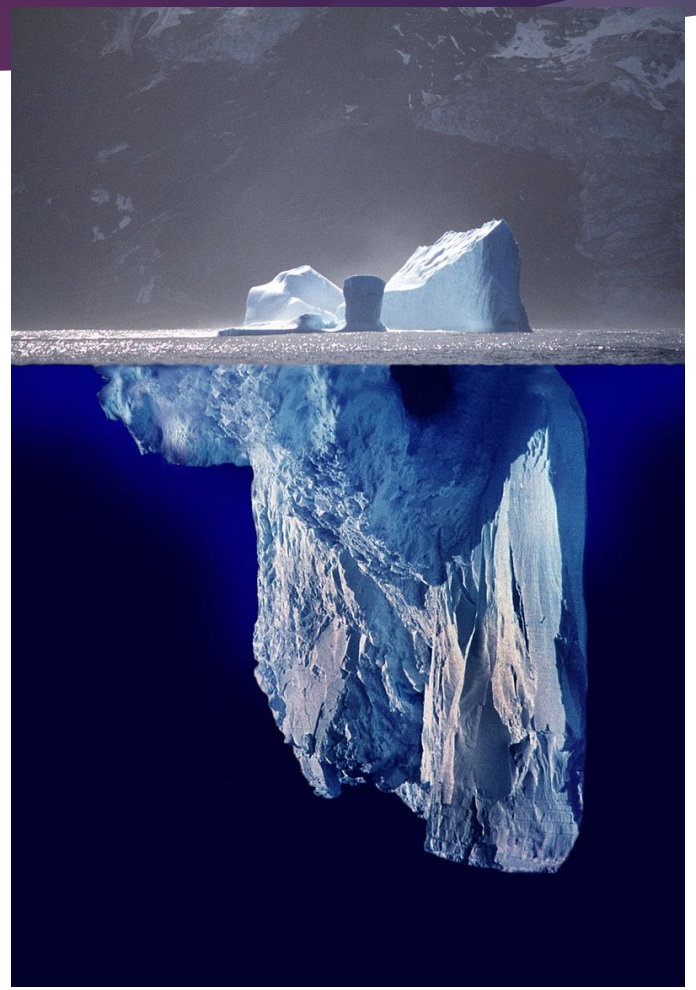
- 1. WAS (ist er für ein Mensch?): **STRUKTUR**
  ⇨ statische und stabile Aspekte menschlichen Verhaltens
- 2. WARUM (verhält er sich so?): **PROZESS**
  ⇨ dynamische Aspekte
- 3. WIE (wurde er so?): **ENTWICKLUNG**
  ⇨ umwelt- und anlagebedingte Determinanten

Psychodynamische Persönlichkeitstheorien

Bewusst und Unbewusst

Vor Freud: was nicht bewusst war, war auch nicht psychisch

- Eisbergmodell: Nur ein Achtel über Wasser
- Erkenntnis über Hypnose (Charcot)
- Fehlleistungen, Symptome, Träume
- Abwehrmechanismen
- Beziehung zu Mutter und Vater als „Prototyp“ (Übertragung)



Sigmund Freud
Das Instanzenmodell

PSYCHOTHERAPHIE - Sigmund Freud - YouTube

1. Topik nach S. Freud

Traumdeutung (1900)
erstmals topische Gliederung des „seelischen Apparats“ in

Unbewusst – Vorbewusst - Bewusst

1923 erfolgt dann eine umfassende Modifikation:
1.Topik wird durch Strukturen Es und Ich und Über-Ich ergänzt

2. Topik nach S. Freud – **Ich**

- „Vorstellung von einer zusammenhängenden Organisation der seelischen Vorgänge in einer Person“
- Am **Ich** hängen Bewusstsein und Abfuhr der Erregungen in die Außenwelt (Vermittlung zwischen Es und Außenwelt)
- „**Vom Ich gehen auch die Verdrängungen aus**, durch welche gewisse seelische Strebungen nicht nur vom Bewusstsein, sondern auch von den anderen Arten der Geltung und Betätigung ausgeschlossen werden sollen.“ (Freud 1923, S. 258)

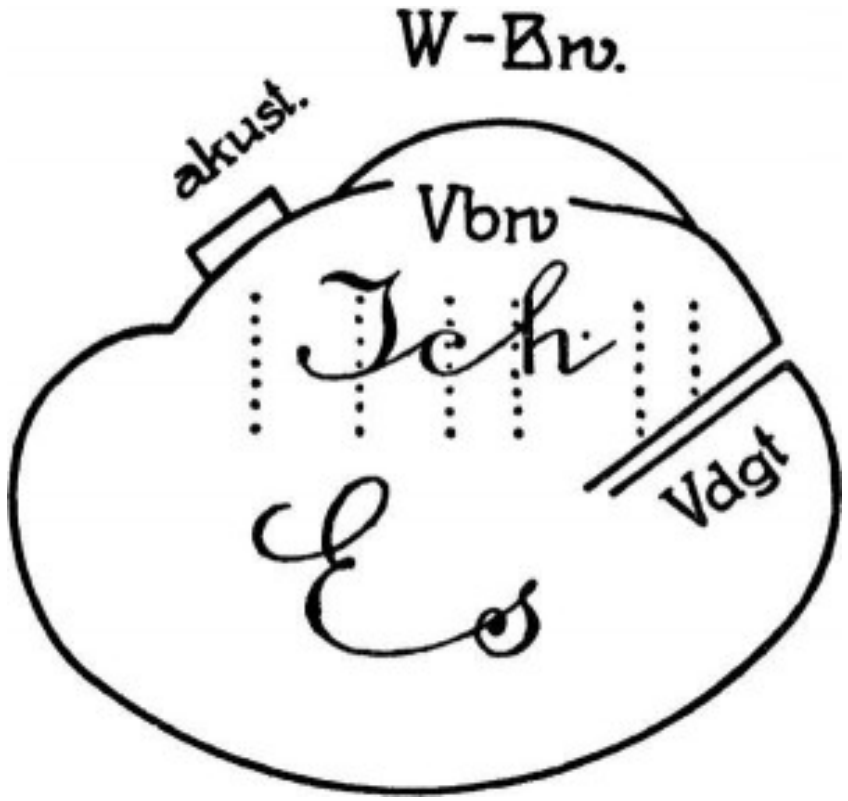
2. Topik nach S. Freud - **Es**

- „enthält die Leidenschaften“ (Freud 1923, S.265)
- Neben **Eros** (auch Selbsterhaltungstrieb) und **Thanatos** (Destruktionstrieb) fließen auch (durch Abwehrmechanismen) **verdrängte Inhalte** dem Bereich des Es zu

2. Topik nach S. Freud – **Über-Ich**

- Differenzierung **innerhalb des Ichs**
- Anfangs auch als **Ich-Ideal** bezeichnet
- Infolge der **Verdrängung des Ödipuskomplexes** entwickelt

1.Topik - 2. Topik





Symptomatik

- Der ‚strukturelle Konflikt' zwischen den drei Instanzen ist der **intrapsychische Konflikt**,
  der nach der Freud'schen Theorie die Grundlage für neurotische Symptome und maladaptives Verhalten bildet
- Symptom wird als Kompromiss verstanden

Phasen der psychosexuellen Entwicklung

Freuds 5 Stufen der Psychosexuellen Entwicklung

Tabelle 14.2

Phasen der psychosozialen Entwicklung nach Freud

Phase	Alter	Erogene Zonen	Wichtige Entwicklungsaufgabe (eine potenzielle Konfliktquelle)	Einige Charakteristika von Erwachsenen, die als Kind auf diese Phase fixiert blieben
Oral	0–1	Mund, Lippen, Zunge	Entwöhnung	Orales Verhalten wie beispielsweise Rauchen, übermäßiges Essen; Passivität und Leichtgläubigkeit
Anal	2–3	Anus	Sauberkeitserziehung	Ordentlichkeit, Gründlichkeit, Sturheit, oder das Gegenteil
Phallisch	4–5	Genitalien	Ödipuskomplex	Eitelkeit, Rücksichtslosigkeit, oder das Gegenteil
Latenz	6–12	Keine spezifische Zone	Entwicklung der Abwehrmechanismen	Keine; normalerweise kommt es in dieser Phase nicht zur Fixierung
Genital	13–18	Genitalien	Reife sexuelle Intimität	Erwachsene, die frühere Phasen erfolgreich integriert haben, sollten mit aufrichtigem Interesse für andere und einer reifen Sexualität aus dieser Phase hervorgehen

Abwehrmechanismen

- **Verdrängung = Basis / Grundlage aller anderen Abwehrmechanismen:**
  Angsterregende Gefühle, Gedanken, Erinnerungen werden aus dem Bewusstsein verdrängt
- **Regression:** Abwehr der Angst durch Rückzug auf eine frühere Stufe der psychosexuellen Entwicklung
- **Reaktionsbildung:** Innere, inakzeptable Reize/Impulse werden in ihr Gegenteil verkehrt
- **Projektion:** Eigene Triebimpulse werden anderen Menschen zugeschrieben
- **Rationalisierung:** Rechtfertigung und Erklärung des eigenen Verhaltens, Umdeutung in akzeptables Verhalten
- **Verschiebung:** Inakzeptable Impulse werden auf ein eher akzeptables Objekt (oder Menschen) verschoben
- **Sublimierung**: Befriedigung der Triebimpulse durch akzeptable Ersatzhandlungen

Melanie Klein

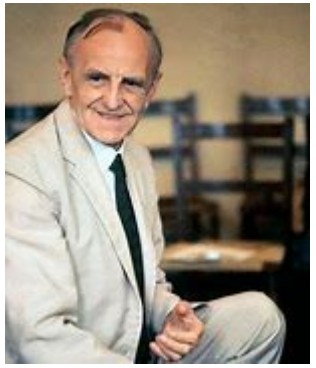


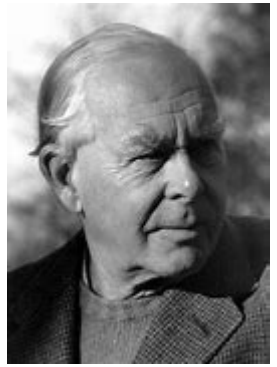
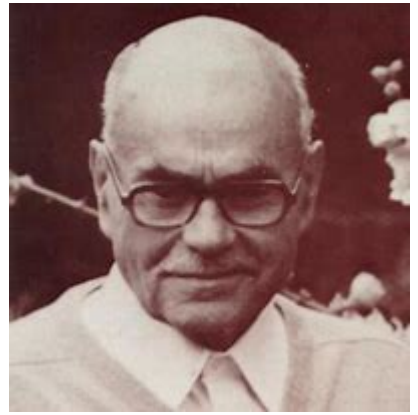
- https://youtu.be/HU3iSW6WTo8

Middle Group - Donald Winnicott

Michael Balint, Marion Milner, John Bowlby, Wilfried Bion

- https://youtu.be/ZaZkvvB367I



Zusammenfassung



Persönlichkeit als
Veranlagung (50%) = Triebe (Körper)
und Umwelt (Beziehungserfahrungen)

Persönlichkeit aus **3 Instanzen** (Über-Ich, Ich und Es)
bzw. Sammlung von
Objektbeziehungen plus Abwehrmechanismen

Persönlichkeit als Kompromiss
aus widerstrebenden Bedürfnissen zwischen den Instanzen

Persönlichkeit als **weitestgehend UNBEWUSSTES Geschehen**
ich-synton ⇨
Wesentlicher Unterschied zu allen anderen Persönlichkeitstheorien

Literatur

- Anna Freud (1936/1964) Das Ich und seine Abwehrmechanismen. Kindler, München
- Freud S(1923/2009) Das Ich und das Es. Metapsychologische Schriften. Frankfurt a.M.: Fischer
- Otto F. Kernberg (2000) Borderline- Persönlichkeitsorganisation und Klassifikation der Persönlichkeitsstörungn. In: Handbuch der Borderline-Störungen. Kernberg, Dulz, Sachse (Hrsg.). Stuttgart: Schattauer

Humanistische Persönlichkeitstheorien

Humanistische Psychologie

Charlotte Bühler, Abraham Maslow, Carl Rogers u.a. gründeten **1962** in den USA die ***„Gesellschaft für humanistische Psychologie“*** mit dem Ziel, sich gegen das analytisch-kausale, mechanistische und deterministische Verständnis des Menschen (Psychoanalyse und Verhaltenstherapie) abzugrenzen:

- **Holistische Orientierung**

- **Sinnhaftigkeit und Begegnung**
  Mensch ist ein reflexives Wesen, der seine Existenz und sein Dasein sinnhaft in dieser Welt definieren muss – in Begegnung mit relevanten Anderen. Essenziell ist *„…die Weise, wie sich der Mensch mit den sozialen Werkzeugen seiner Kultur (Sprache im weitesten Sinne) sein Erleben und verhalten selbst verständlich macht“*

Humanistische Theorien

Jeder Mensch verfügt ein **Selbstkonzept**, also eine Selbsttheorie, die er/sie über sich selbst bildet. Diese Selbsttheorie ist geprägt von

- ***Aktualisierungstendenz***
  jeder Mensch tendiert von Natur aus aktiv zur Selbstverwirklichung. Der **Organismus** ist der „innere Kern der menschlichen Persönlichkeit“ und wird von der Aktualisierungstendenz in Richtung aufzunehmende Reife / Selbstverwirklichung gesteuert
- ***Selbstaktualisierungstendenz:***
  positive Selbsterfahrung wird angestrebt, negative vermieden

Humanistische Theorien

- **Erfahrung**
  Unter Erfahrung verstehen die Humanisten das Leben/Erleben des Menschen. Sie kann – muss aber nicht – bewusst sein
- **Symbolisierung**
  Bewusst kann eine Erfahrung nur werden, wenn sie symbolisiert wird

Symbolisierte Erfahrung

- Bedeutet, dass es eine symbolische Repräsentation (mittels eines Zeichens oder Symbols) gibt, mit der die Erfahrung verknüpft ist
- Nur wenn dies der Fall ist, kann eine Erfahrung bewusst werden
- „***Veränderung*** geschieht in dem Moment, in dem ein zuvor nicht zugelassenes, d.h. nicht symbolisiertes Erleben in die Aufmerksamkeit eines **offenen und akzeptierenden Bewusstwerdens** kommt und symbolisiert werden kann."

Anm.: Das Unbewusste existiert nicht, obwohl das Bewusstwerden eine zentrale Rolle spielt!

Humanistische Theorien

- **Beziehungsangewiesenheit des Menschen**

Das Bedürfnis nach Liebe und Zuneigung ist angeboren
Erfahrungen können nur dann zur Selbsterfahrung werden,
wenn sie von **wichtigen Anderen** empathisch verstanden und wertgeschätzt werden

Werden basale Affekte (Freude, Interesse, Trauer, Furcht, Ekel, Wut, Scham...)
von den Anderen abgelehnt, finden sie als unverstandene Spannung oder
als psychosomatische Symptome Ausdruck

Vertreter

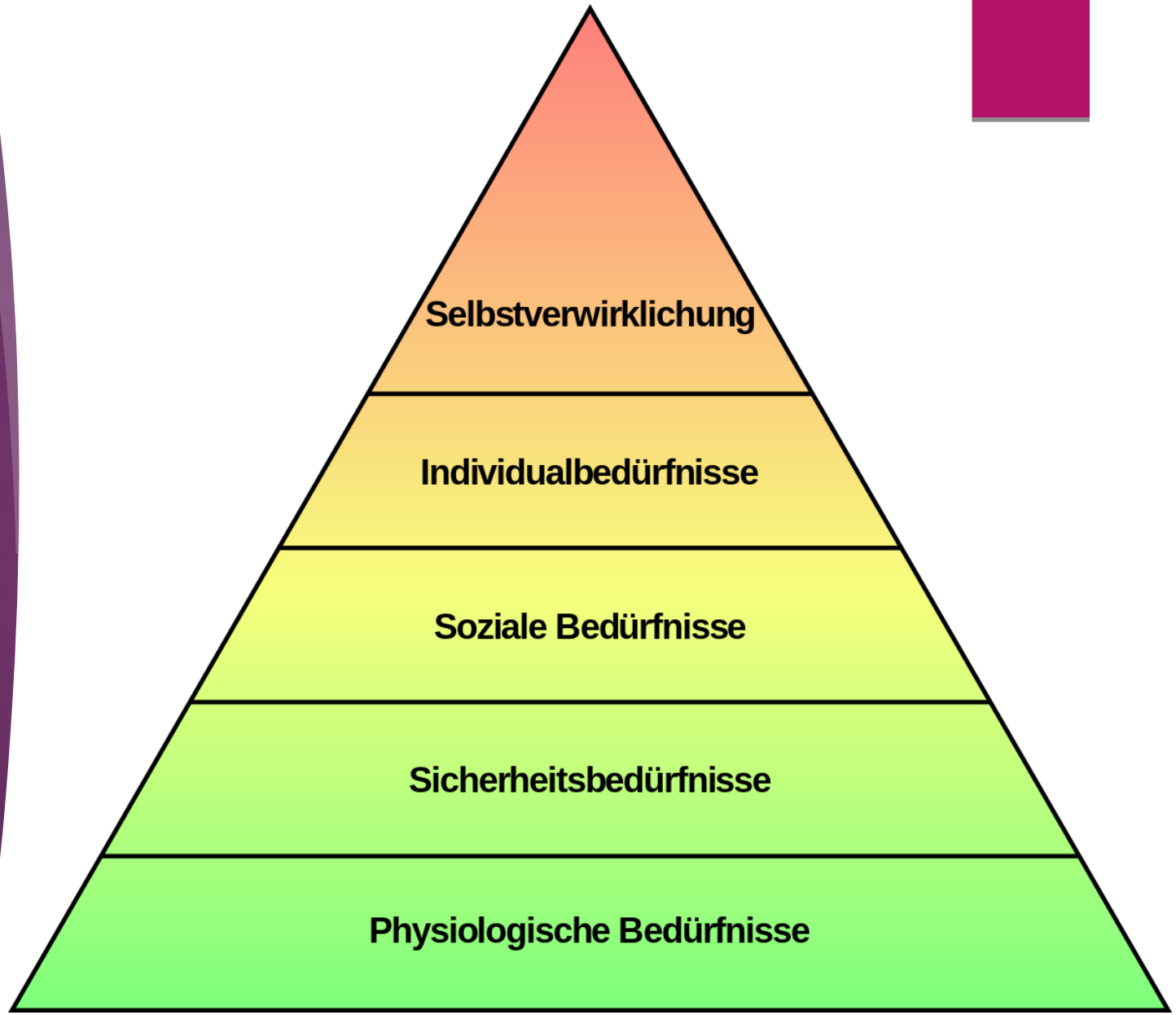
- **Abraham Maslow** (1908 – 1970) ⇨ ***Bedürfnishierarchie*** (1943)
  intrinsische Motivation zur Befriedigung der jeweils höheren Bedürfnisse
- **Carl R. Rogers** (1902 – 1987) Personenzentrierter Ansatz
  ⇨ Konzept der ***„Fully functioning person“*** (1963)
  Plädoyer für Echtheit, unbedingte Wertschätzung und Empathie im zwischenmenschlichen Kontakt

Bedürfnispyramide nach Maslow

„A theory of human motivation“, 1943

Ein Mensch wird erst dann nach Selbstverwirklichung streben, wenn die grundlegenden physiologischen und Sicherheitsbedürfnisse gedeckt sind

Beim Neurotiker sind die 4 „Defizitbedürfnisse“ nicht gedeckt – er ist in hohem Maße abhängig von Personen und Situationen – Freiheit und Autonomie sind nicht gegeben



The „fully functioning person“ nach Rogers, 1963

- ist ständig im Werden (person-in-process)
- ist offen für eigene Erfahrungen
- ist frei von Abwehrhaltungen
- verhält sich nach eigenem organismischem Bewertungsprozess
- akzeptiert sich selbst
- ist flexibel in neuen Situationen
- lebt mit anderen in größtmöglicher Harmonie

Persönlichkeit

Real Selbst ⇔ Ideal Selbst

Bild der Person darüber, wie sie ist

Bild der Person darüber, wie sie sein möchte **und** andere sie haben wollen

Kongruenz ⇔Inkongruenz

bei Übereinstimmung hohes Selbstwertgefühl, flexibles Selbstkonzept+ Anpassungsfähigkeit

Keine Übereinstimmung erzeugt geringes Selbstwertgefühl +Starres Selbstkonzept

Menschenbild der Humanistischen Persönlichkeitstheorien (C. ROGERS)

Der Mensch ist grundsätzlich „gut“
+
strebt nach Selbstverwirklichung

Hinter destruktiven Verhaltensweisen gibt es einen „positiven“ Kern, der nach Selbstaktualisierung strebt

Bewusst und selbstbestimmt

Organismisches Erleben

Einschränkungen kommen von außen nicht von innen

Carl Rogers



Carl Rogers Modell • Menschenbild und Grundhaltungen - Video · Studyflix

5min

Personenzentrierte Gesprächsführung • Grundkonzept · [mit Video]

5min

Authentizität, Wertschätzung, Empathie

Gelten für die meisten Psychotherapierichtungen heute als
selbstverständliche Grundvoraussetzungen für das Gelingen einer Therapie

Oft werden die auch als „Basistraining“ empfohlen, womit dem **personenzentrierten Ansatz** so etwas wie eine **propädeutische Funktion** (als allgemeine Grundlage von Psychotherapie) zugeschrieben werden kann

Gerade darin liegt aber der fundamentale Unterschied: der personenzentrierte Ansatz versteht die geschilderten Grundhaltungen nicht als Vorbedingung, sondern bereits als das Entscheidende der Therapie

Behaviorismus
Lerntheorien

Behaviorismus

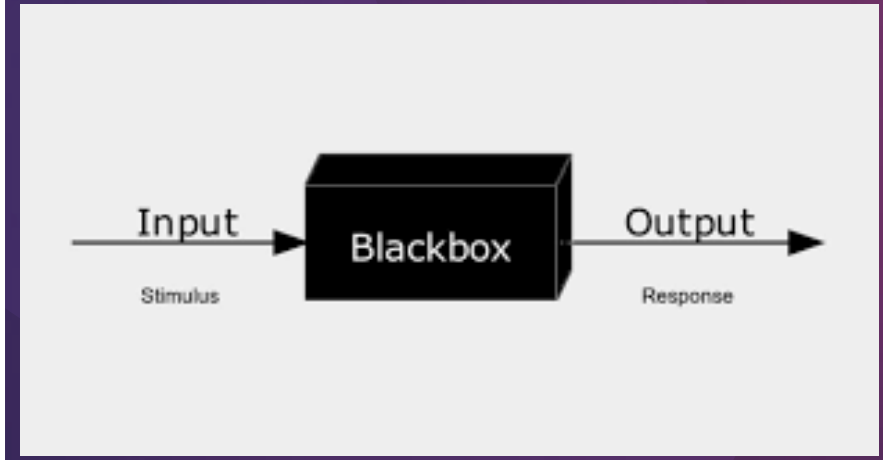
Der Behaviorismus konzentriert sich auf das **beobachtbare Verhalten** und wie es durch Umweltreize beeinflusst wird

Hauptvertreter: John B. Watson und B.F. Skinner

Bedeutung von **Konditionierung**
klassischer Konditionierung (Pawlow) und operanter Konditionierung (Skinner)

Lernen / Veränderung ist eine Reaktion auf äußere Reize, wobei **interne mentale Zustände als irrelevant** angesehen werden

Behavioristische Ansätze



- Das Verhalten von Lebewesen wird reduziert auf ein **rein objektives Reiz-Reaktions-Schema**
- Das Gehirn des Lebewesens wird als die sogenannte **„Black Box“** bezeichnet
- Einem Reiz, der auf das Gehirn einwirkt, folgt automatisch eine Reaktion
- **J.B.Watson** („Psychology as the Behaviorist views it“, 1913): Ein Lebewesen kann nur durch von außen kommenden Reizen lernen.
  Eine Reiz-Reaktions Verknüpfung kann durch Verstärkung beeinflusst werden (Tierdressur)

Behaviorismus

Durch Introspektion gewonnene Daten werden abgelehnt,
Orientierung am **streng naturwissenschaftlichen Ideal der exakten Beobachtung**

- **BLACK BOX Modell : Stimulus – Reaktion**
  einem Reiz folgt automatisch eine Reaktion

Behaviorismus

Dem Symptom liegt nichts „dahinterliegendes“ zugrunde, es ist gewissermaßen es selbst, ein Verhalten wie jedes andere – das **Ergebnis eines Lernprozesses**

Als grundlegende Lernprinzipien gelten

- **Klassische Konditionierung** (Pawlow): aus einem neutralen Reiz wird ein „konditionierter Reiz“, der eine konditionierte Reaktion auslöst (Futterschüssel – Speichelfluss)
- **Operante Konditionierung oder Lernen am Erfolg** (Skinner): eine Reaktion wird mit bestimmten Ereignissen in der Umwelt in Verbindung gebracht (positive oder negative Verstärkung, Bestrafung, Löschung)

Skinner „the behaviour of organism“, 1938

Prinzip der operanten Konditionierung

das Verhalten wird durch **Konsequenzen** beeinflusst

→

das Verhalten formenden Verstärkungsprogramme:

positive Verstärkung
negative Verstärkung
Bestrafung
Löschung

→

Wie schnell neue Verhaltensweisen erworben werden und wie löschungsresistent diese sind hängt vom **Verstärkungsplan** ab

Operante Konditionierung

Skinners Operante Konditionierung - Bing video 5min



Behaviorismus

Über **primäre und sekundäre Verstärkung** (Hull „principles of behaviour“,1943)
werden aus angeborenen Reiz-Reaktions-Verbindungen
neue Reiz-Reaktions-Verbindungen (Gewohnheiten) ausgebildet

- **Primärer Verstärker**: befriedigt primäres Bedürfnis direkt
  braucht keine vorherige Erfahrung oder Konditionierung – weil „von Natur aus befriedigend“, wie z.b Schlaf, Nahrung, Wasser, Sex, Wärme
- **Sekundäre Verstärker:** werden durch Lernprozesse „erworben“
  Reize, die durch Verbindung mit primären Verstärkern verstärkende Eigenschaften erlangen. Kontextabhängig und variabel, individuell, kulturspezifisch…
  z.b. Geld (ermöglicht den Erwerb von primären Verstärkern – Nahrung, Wohnung) oder Schulnoten (verstärken Leistung, weil sie Anerkennung, Berufschancen erhöhen)…..

Menschenbild Behaviorismus

Die Umwelt bestimmt
das Verhalten des Menschen

Der Mensch ist ein passiver Organismus,
der auf äußere Reize reagiert

Verhalten kann
durch Umweltvariablen verändert
werden
jedes **Verhalten ist bedingt** durch
vorausgegangenes Verhalten

Verhalten funktioniert nach
Ursache-Wirkung

Kognitive Therapie

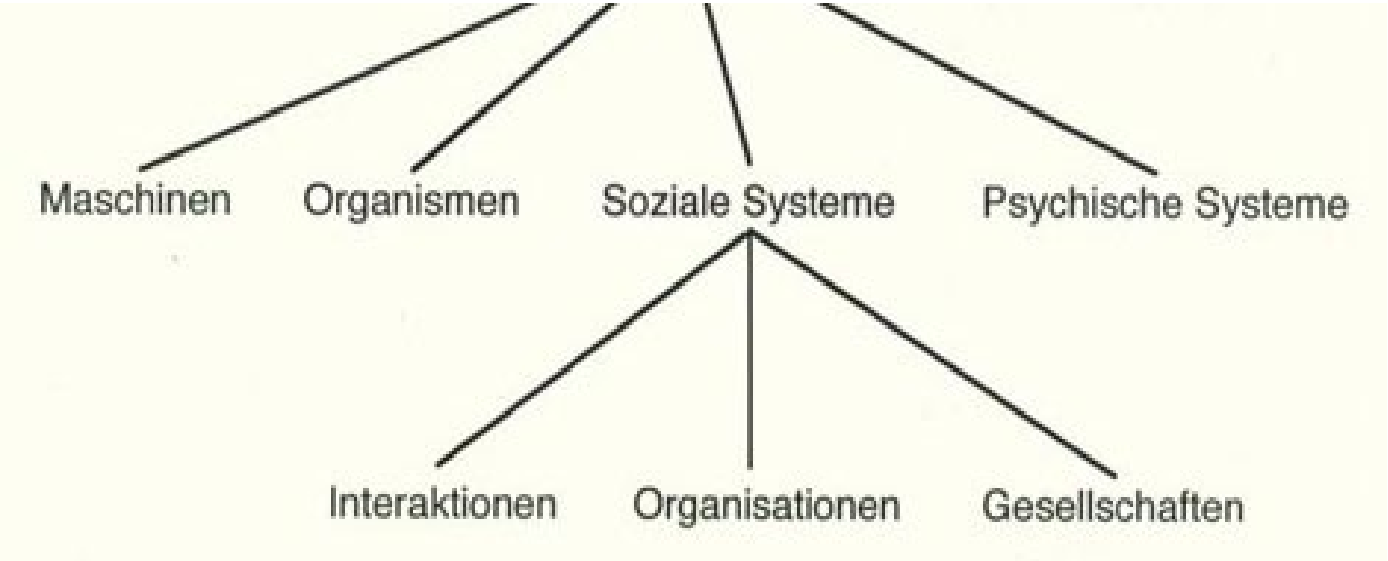
- **Psychologischer Kognitivismus:** ab den 1950iger Jahren
  Lebewesen werden als denkend, das Gehirn als viel komplexer gesehen als nur auf einem Reiz-Reaktions Schema basierend (Vertreter zb. Piaget)
- Das, was sich in der **Psyche** ereignet, wird sind **Kognitionen:**
  Gedanken und Vorformen von Gedanken,
  die unsere Weltwahrnehmung strukturieren
- Nicht Situationen erzeugen unsere Gefühle,
  sondern die Gedanken, die in uns ausgelöst werden
- **Dysfunktionale Gedanken** werden „umformuliert“
  zu rationalen und hilfreichen Gedanken
  – die dann wiederum mit verschiedenen Methoden geistig „eingeübt“ werden

Weitere Entwicklungen

- **Soziale Lerntheorien**
  z.b. Bandura – Lernen durch Beobachtung und Nachahmung anderer Menschen: Lernen am Modell, Verstärkung, Selbstwirksamkeit

- **Konstruktivistische Theorien**
  Wissen wird durch aktive Auseinandersetzung mit der Umwelt aufgebaut
  Piaget: Theorie der kognitiven Entwicklung
  Lernen ist ein **aktiver** Prozess, Wissen und Bedeutungen werden durch eigene Erfahrungen und Interaktionen mit der Welt konstruiert
  Soziale Interaktionen sind wichtig (Vygotsky)
  Lernen durch (aktive) Problemlösung (Bruner)
  Wissen ist eine subjektive Konstruktion (Glaserfeld)

Systemtheorie





Systemtheorie - Luhmann

Es gibt Systeme und Systemumwelten

In der Systemtheorie wird nicht über Subjekt und Objekt gesprochen / gedacht
Wir sind nicht ein „Bio-Psycho-Soziales Erkenntnissubjekt“
das den Erkenntnisobjekten gegenübersteht

sondern wir befinden uns
im Schnittpunkt der Systeme „Leben“ – „Bewusstsein“ – Kommunikation“

Biologisches - Psychisches – Soziales System

- Biologisches System = **Leben**, körperliche Vorgänge
- Psychisches System = **Bewusstsein**, Kognitionen
- Soziales System = **Kommunikation**
- (Maschinen)

Systeme sind operativ geschlossen, autopoetisch und selbstreferenziell
sie operieren völlig unabhängig voneinander

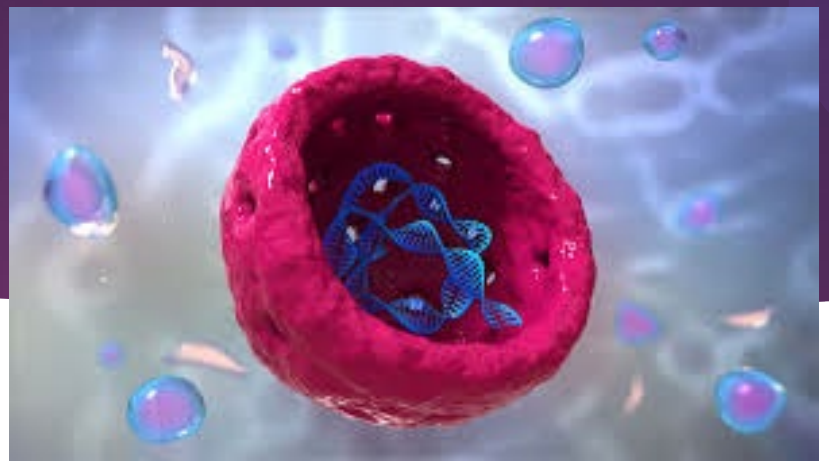
„Das Leben lebt sein Leben, ohne dass ihm Bewusstsein oder Kommunikation hinzugefügt werden könnte“ (Luhmann, 1988)

Operativ geschlossen

- Ein System kommuniziert nur mit sich selbst
- Es findet keine Kommunikation zwischen System und Umwelt statt
- Systeme sind umweltoffen, aber operativ geschlossen

Veränderungen im System können niemals von außen gezielt herbeigeführt werden – ein System kann von außen lediglich irritiert werden (und reagiert dann gemäß seinen inneren Strukturen)

Autopoesis



Die Zelle „produziert sich selbst“ – alles Leben lässt sich im Prinzip als eine Wiederholung dieser biochemischen Operation beschreiben

- Autopoiesis von griechisch αὐτός = selbst und ποιεῖν = erschaffen, bauen
- Prozess der Selbsterhaltung eines Systems durch seine eigenen internen Prozesse
- Autopoiesis = Fähigkeit eines Systems, sich selbst zu regenerieren und zu reparieren Systeme erschaffen und erhalten sich selbst

Luhmann hat das in Bezug auf die Zelle formulierte Konzept der Autopoesis auch auf psychische und soziale Systeme übertragen

Selbstreferenziell

- Selbstreferentialität im Kontext der Autopoiesis
- Ein selbstreferentieller Ausdruck ist ein Ausdruck, der sich auf sich selbst bezieht
- Beispiel: „Diese Aussage ist wahr.“ Diese Aussage ist selbstreferentiell, weil sie sich auf sich selbst bezieht. Der Urheber der Aussage erklärt seine Sicht zur absoluten Wahrheit, weil er aussagt, dass der Satz wahr ist. Dies ist keine Aussage über den Wahrheitsgehalt selbst.

Menschenbild / Persönlichkeit

„Personen entstehen also durch die Teilnahme von Menschen an Kommunikationen
Sie leben nicht, sie denken nicht,
sie sind Konstruktionen zum Zwecke der Kommunikation.“ *Luhmann (2000)*

Persönlichkeit ist ein rein kommunikativ hergestelltes soziales Konstrukt
eine fiktive Einheit
und völlig abgekoppelt von der realen Welt

Systemtheorie

SYSTEMTHEORIE nach Luhmann einfach erklärt - Einführung in die Systemtheorie (1/2) | ERZIEHERKANAL – YouTube

20min!

(Luhmann Systemtheorie - kurze Einführung über Niklas Luhmanns Theorie – YouTube)

Literatur

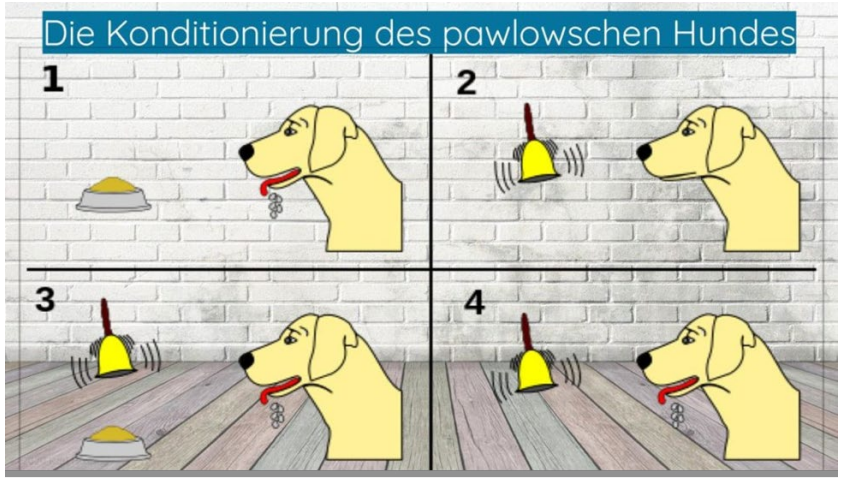
- Hochgerner, M. (2018). Grundlagen der Psychotherapie. Lehrbuch zum Psychotherapeutischen Propädeutikum
- Myers, D.G. (2005). Psychologie. Heidelberg: Springer Medizin. [Kapitel 11, 14]
- Pervin, A. L. (2000).Persönlichkeitstheorien. München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag
- Rammsayer, T. (2010). Differentielle Psychologie – Persönlichkeitstheorien. Hogrefe
- Zimbardo, P.G. & Gerrig, R.G. (2004). Psychologie: Eine Einführung (16., aktualisierte Aufl.). München: Pearson Studium [Kapitel 10; 14.1 - 14.6]

Wiederholung „Kernbegriffe“

DER VIER „CLUSTER“

Verhaltenstherapie

- Behaviorismus - Lerntheorie
- Klassische Konditionierung
- Operante Konditionierung
- Black Box Modell
- Kognitive Therapie und Weiterentwicklungen





Weiters ....

Erkenntnisgewinn durch Beobachtung, nicht durch Introspektion

Psyche=Gehirn=Black Box

Pathologisches und gesundes Verhalten können nicht unterschieden werden

Das Warum ist nicht von Bedeutung

Es gibt kein Unbewusstes

Kognitive Verhaltenstherapie

Grundprinzipien

- Veränderung negativer Denkmuster und Verhaltensweisen
- Kurzfristige, strukturierte Therapie mit klar definierten Zielen und Techniken
- Kognitive Umstrukturierung
- Verhaltensexperimente

Beziehung

- Therapeut = Lehrer und Coach
- Direktiv, strukturiert
- Fokus auf dem Erlernen neuer Bewältigungsstrategien

Ziele

- Veränderung dysfunktionaler Gedanken und Verhaltensweisen
- Symptomreduktion und Verbesserung der Lebensqualität

Humanistische Therapien

- Aktualisierungstendenz / Selbstaktualisierungstendenz
- Symbolisierte Erfahrung
- Kongruenz und Inkongruenz
- Fully Functioning Person
- Authentizität
- Bedingungsfreie Wertschätzung
- Empathie
- Aktives Zuhören, Spiegeln

Authentizität

- Haltung einer Person, die „frei und tief sie selbst ist“
- „Ihre gegenwärtige Erfahrung wird exakt von ihrem Bewusstsein, das sie von sich selbst hat, repräsentiert“
- Sie ist sich ihrer Selbst bewusst
- Sie ist offen für alles, was in ihr vorgeht, sie macht sich nichts vor

Bedingungslose Wertschätzung

- Den anderen in seinem Wesen bejahen und annehmen, wie er ist
- Er wird nicht bewertet und beurteilt
- Zuwendung wird nicht an Bedingungen geknüpft

Empathie

- Erfühlen und verstehen was im anderen vorgeht
- Ebendas auch mitzuteilen

Humanistische Therapien

Grundprinzipien

- Gemäß Rogers: Empathie Authentizität und bedingungslose Wertschätzung
- Klient im Mittelpunkt Klient = Experte

Beziehung

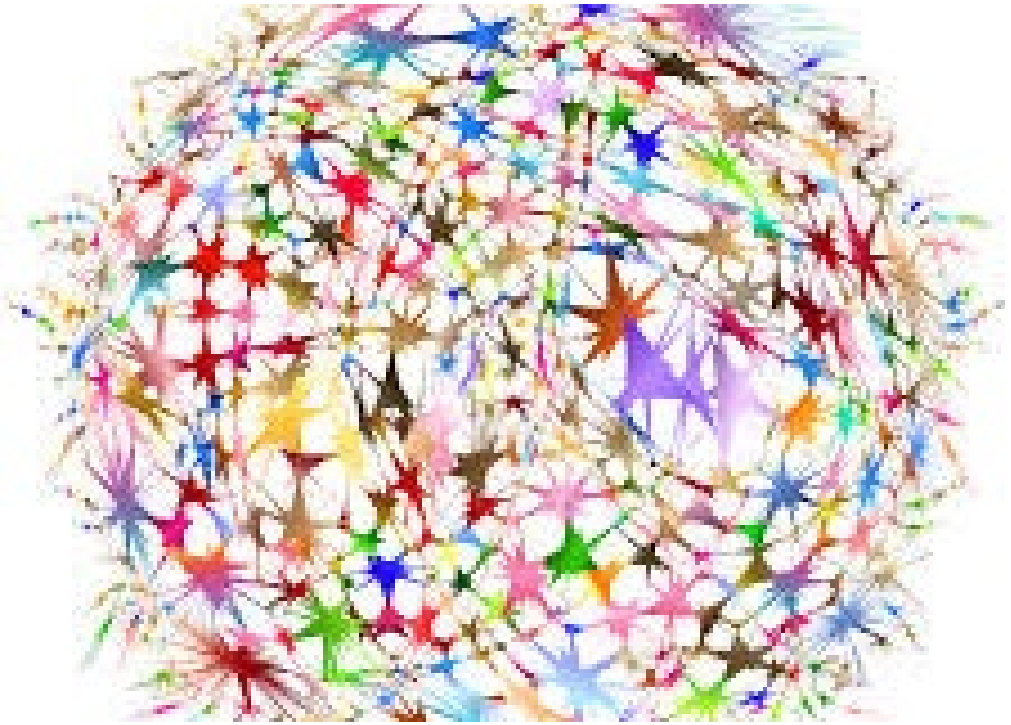
- Therapeut = einfühlsamer Begleiter
- Offene, nicht-direktive Haltung
- Heilender Faktor ist die therapeutische Beziehung

Ziele

- Selbstakzeptanz
- Selbstverwirklichung
- Persönliches Wachstum
- Autonomie

Systemtheorie

- Biologisches, psychisches und soziales System
- Operational geschlossen
  Autopoesis
  Selbstreferentiell
- Systemumwelt



Systemische (Familien)Therapie

Schizophrenieforschung (Fromm-Reichmann, 1948) hat schon früh **pathogene Familienmuster** als Erklärung für Krankheit herangezogen *(„schizophrenogene" Mutter)*.
Die **Double-bind-Theorie** (Bateson, 1956) stellt die Schizophrenie gar als Kommunikationsstörung dar:

- Double Binds werden oft unbewusst erzeugt; man versteht darunter eine Kommunikationssituation, in der eine Person zwei widersprüchliche oder sich gegenseitig ausschließende Botschaften erhält. Diese widersprüchlichen Botschaften führen zu Verwirrung, Stress und einem Gefühl der Unlösbarkeit, da keine der beiden Botschaften befolgt werden kann, ohne gegen die andere zu verstoßen.

z.b: Ein Elternteil sagt zu seinem Kind: "Ich will, dass du unabhängig wirst und deine eigenen Entscheidungen triffst," und kritisiert dann jedes Mal, wenn das Kind eine Entscheidung trifft, die dem Elternteil nicht gefällt.

Systemische (Familien)Therapie

Am Anfang stand die Therapie mit Familien (psychoanalytisch geprägt)

USA 40iger Jahre
Nathan Ackermann: Familien müssen miteinbezogen werden, „Indexpersonen" (Symptomträger) weisen daraufhin, dass das Familiensystem nicht mehr funktioniere
Virginia Satyr gründet 1959 in **Palo Alto** das MRI - **Mental Research–Institute, die Keimzelle der Familientherapie**
weitere Entwicklungen: strukturelle Familientherapie, strategische Familientherapie

Europa 50iger und 60iger Jahre
England – Familienpsychiatrie (Howells, Laing)
Deutschland – Heidelberger Schule (H.E.Richter, H.Stierling)
Italien – Mailänder Schule (Andolfi, Palazzoli)

Systemisches Fragen

In sozialen Systemen gezeigtes Verhalten zeigt sich auch immer in kommunikativem Verhalten
Beim systemischen Fragen geht es um das Erkennen von kommunikativen Mustern, nicht von „Sachverhalten“/ Problemen; kommunikative Bedeutungen werden sichtbar gemacht

Zirkuläres Fragen (auch: triadisches Fragen)
Was würden Ihre Eltern dazu sagen?

Skalierungsfragen
Auf einer Skala von 1 bis 10…

Hypothetische Fragen
Was wäre, wenn?

Wunderfrage
Woran merken Sie es? Was ändert sich dadurch in Ihrem Leben?

Paradoxe Fragen
was müsste passieren, dass Sie weiterhin unverstanden bleiben?

Lösungsorientierte Fragen
Was muss passieren, damit Sie verstanden werden?

Systemische (Familien)Therapie

Familie / System
alle Personen und deren Beziehungen,
die in den Vorstellungen der Beteiligten eine Rolle spielen

Symptome sind relativ
einerseits erscheinen Symptome als „Krankheit“,
andererseits als „Fähigkeit“ eines Systems zur Anpassung
UND bei Reduktion der Symptome des „identifizierten Patienten“
können Symptome bei einem anderen Mitglied des Systems
auftauchen

Systemische (Familien)Therapie

Grundprinzipien

- **Wirklichkeitskonstruktionen** stellen Probleme her, stabilisieren Probleme und verändern Probleme
- Fokus auf Wechselwirkungen innerhalbvon Familien/sozialen Systemen („Erwartungs-Erwartungen“)
- Prozesse sind dynamisch, nicht statisch, wirken zirkulär

Beziehung

Therapeut = Moderator von Veränderungsprozessen

Fokus auf Kommunikation und Interaktion

das System ist krank – nicht die Person „identifizierter Patient“

Techniken wie Zirkuläres Fragen uva.

Ziele

- Erzeugung und Stabilisierung von Realität durch Kommunikation
- Veränderung interaktiver und narrativer Strukturen

Tiefenpsychologie

- Abstinenz
- Gleichschwebende Aufmerksamkeit
- Containment
- Objektbeziehung
- Paranoid schizoide Position / Depressive Position
- Übertragung
- Gegenübertragung



Abstinenz

„Grundsatz, wonach die psychoanalytische Behandlung so geführt werden soll, dass der Patient die geringstmögliche Ersatzbefriedigung für seine Symptome findet. Für den Analytiker schließt er die Regel ein, dem Patienten die Befriedigung seiner Wünsche zu versagen und tatsächlich die Rolle zu übernehmen, die dieser bestrebt ist, ihm aufzudrängen. In bestimmten Fällen und an bestimmten Punkten der Behandlung gehört es zur Abstinenzregel, das Subjekt auf den Wiederholungscharakter seines Verhaltens hinzuweisen, der die Arbeit des Erinnerns und Durcharbeitens hemmt.“

Laplanche & Pontalis: Das Vokabular der Psychoanalyse

Gleichschwebende Aufmerksamkeit

„Er soll dem gebenden Unbewussten des Kranken sein eigenes Unbewusstes als empfangendes Organ zuwenden, sich auf den Analysierten einstellen, wie der Receiver des Telefons zum Teller eingestellt ist. Wie der Receiver die von Schallwellen angeregten elektrischen Schwankungen der Leitung wieder in Schallwellen verwandelt, so ist das Unbewusste des Arztes befähigt, aus den ihm mitgeteilten Abkömmlingen des Unbewussten dieses Unbewusste, welches die Einfälle des Kranken determiniert hat, wiederherzustellen.“

Sigmund Freud: Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung

Containment

In der therapeutischen Beziehung bedeutet Containment, dass der Therapeut die oft intensiven und manchmal chaotischen Gefühle des Patienten aufnimmt und verarbeitet, um den Patienten zu helfen, diese Gefühle zu verstehen und zu integrieren

Bion (1962) beschreibt im Konzept „Containment“, wie eine Mutter die emotionalen Zustände ihres Kindes aufnimmt, verarbeitet und dann so zurückgibt, dass das Kind sie besser verstehen und bewältigen kann

Objektbeziehung

- Unbewusste Repräsentanz von stark eingefärbten Beziehungserfahrungen
- Mittels Abwehrmechanismen „geordnet“
- Wichtig für die Entwicklung des Ichs
- Objektbeziehungen werden in Übertragung und Gegenübertragung lebendig

Paranoid Schizoide Position

Melanie Klein 1946 (Bemerkungen über einige schizoide Mechanismen)

Zustand und Arbeitsweise des fragilen frühen Ichs (ersten 4-6Lebensmonate), seine auf unbewussten Phantasien basierenden Objektbeziehungen, seine archaischen Ängste und primitiven Abwehrmechanismen, insbes. Spaltung und der projektiven Identifizierung

Annahme: Säugling hat von Geburt eine höchst intensive und ambivalente, liebende wie hassende Beziehung zu seinen ersten Objekten

Die noch mangelhafte Integration seines Ichs und die wechselhaften Erlebnisse von Versagung und Befriedigung führen zu einem gespaltenen Erleben einer «guten» und einer «bösen Brust»

Depressive Position

- Integration der gespaltenen Objekte
- Trauer über Verlust des Idealen (Objekts)
- Akzeptanz der Realität

Übertragung

- Begriff geht auf Freud zurück, Weiterentwicklung durch Melanie Klein ua.
- Positive und negative Übertragung
- Immer beide Formen vorhanden
- Anteile früherer Beziehungen (Liebe, Zuneigung, Vertrauen, Hass, Abneigung, Wut, Misstrauen)werden übertragen
- In jeder Beziehung - je intimer, umso stärker

Gegenübertragung

- Von Freud anfangs als behandlungstechnisches Problem beschrieben
- Paula Heimann (1950) stellte die hohe Bedeutung der Gegenübertragung als „psychoanalytischem Diagnosticum“ (Arbeitskreis OPD 2006, 283) ins Zentrum ihrer Überlegungen
- Gegenübertragung ist, ebenso wie die Übertragung, ein unbewusstes Phänomen

Psychoanalytische Therapie

Grundprinzipien

- Untersuchung unbewusster Motive und Konflikte
- Langfristige Therapie oft hochfrequent
- Freie Assoziation Traumdeutung

Beziehung

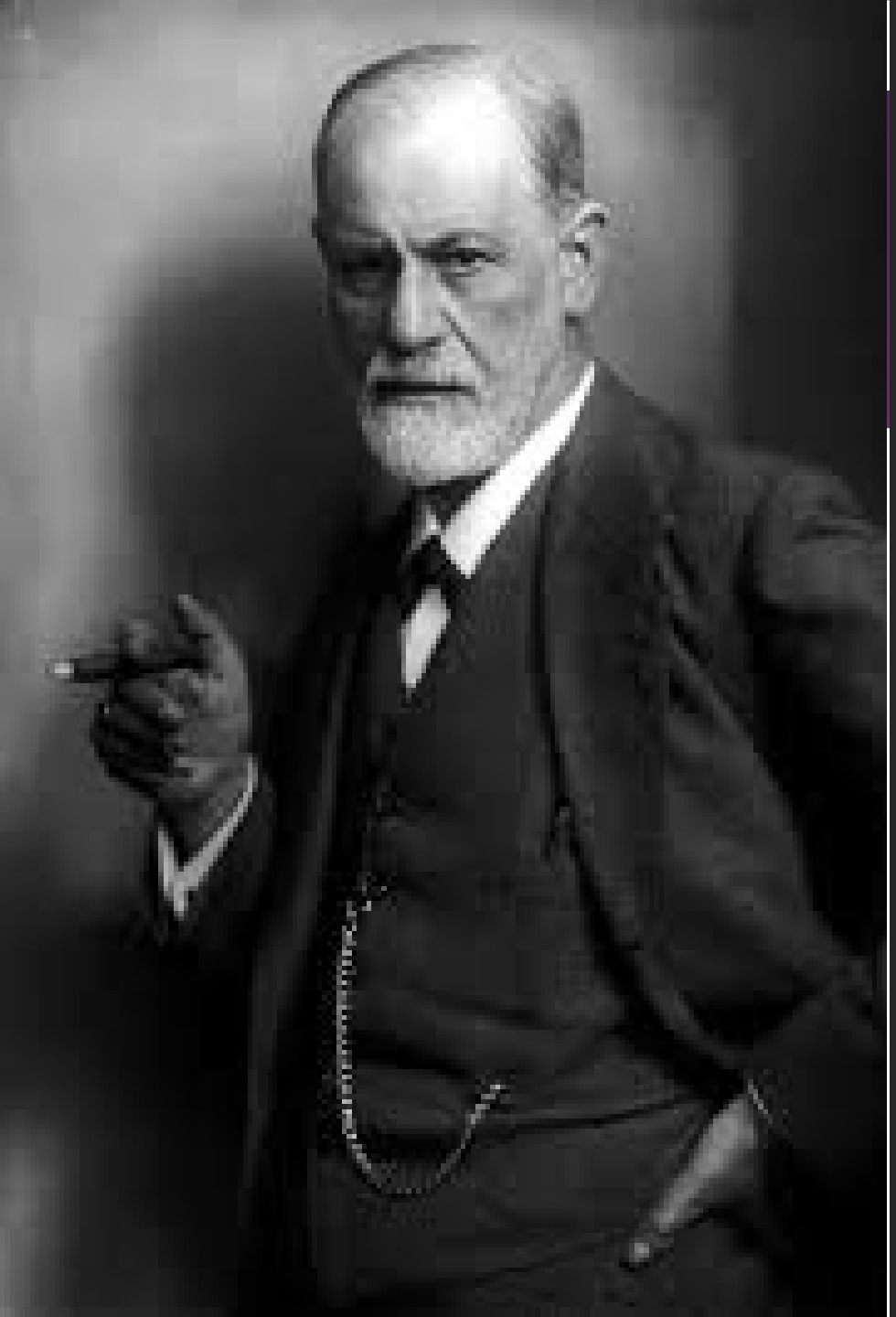
- Therapeut = neutraler Beobachter und Interpret
- Analyse von Übertragungs- und Gegenübertragungs-Prozessen
- Tiefe Exploration vergangener Erfahrungen

Ziele

- Einsicht in unbewusste Konflikte
- Tiefgreifende Persönlichkeits-veränderungen

Textauswahl

- **Alfred Adler:** „Die psychische Behandlung der Trigeminusneuralgie“ (1911)
- **Carl Rogers:** „On becoming a person“ (1961)
- **Sigmund Freud:** “Die Methode der Traumdeutung” (1900)
- **Heinz Hartmann:** „Bemerkungen Zur Psychoanalytischen Theorie Des Ichs“ (1964)
- **Heinz Kohut:** „Forms and Transformations of Narcissism “(1966)
- **Hans-Werner Gessmann**: Empirische Untersuchung der therapeutischen Wirksamkeit der Doppelmethode im Humanistischen Psychodrama (1995)
- **Jaques Lacan:** „The Neurotic’s Individual Myth“ (1979)
- **Carl Gustav Jung:** „The Theory of Psychoanalysis“ (1914)
- **Niklas Luhmann:** „Die Politik der Gesellschaft“ (2002)
- **Melanie Klein**: „Die Sexualbetätigung des Kindes“ (1930)
- **Nathan Ackerman:** „Family Psychotherapy and Psychoanalysis: The Implications of Difference” (1962)
- **Victor Frankl:„…**trotzdem Ja zum Leben sagen“ (1946)
- **B.F. Skinner:** „The Behaviour of Organism“ (1938)
- **Donald Winnicott**: „Übergangsobjekte und Übergangsphänomene“ (1969)
- **Anna Freud**: „Probleme der Pubertät“ (1960)
- **Wilfred Bion:** „On Arrogance.“ (1957)



SIGMUND FREUD

„Die Methode der Traumdeutung“
(1900)

Alfred Adler

„Die psychische Behandlung der Trigeminusneuralgie“ (1911)



Carl Rogers

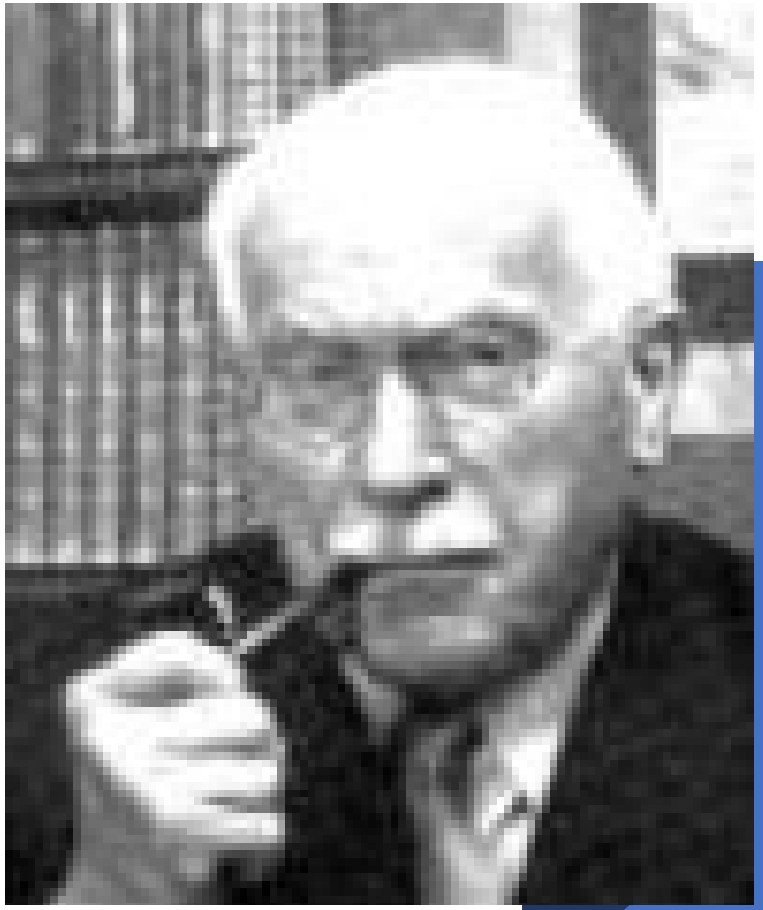
„ON BECOMING A PERSON“
(1961)





Viktor Frankl

„TROTZDEM JA ZUM LEBEN SAGEN“ (1946)

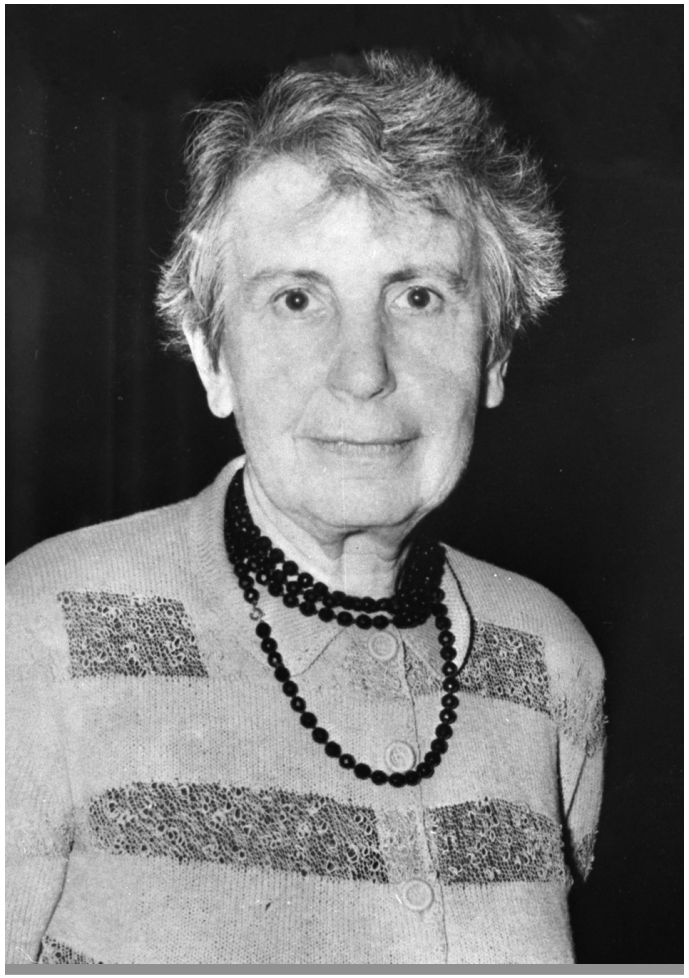


Carl Gustav Jung

"The Theory of Psychoanalysis" (1914)

Anna Freud

„Probleme in der Pubertät“ (1960)



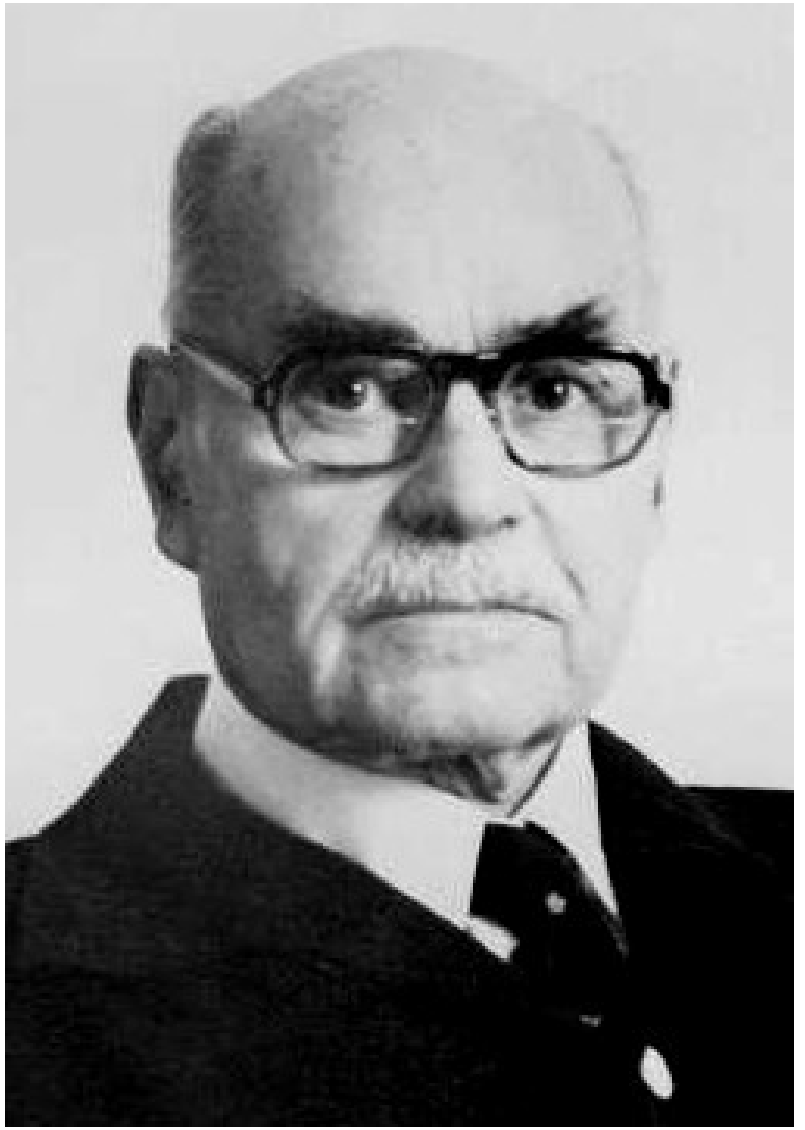
Melanie Klein

“Die Sexualbetätigung des Kindes” (1930)



Wilfried R.Bion

„On Arrogance“ (1957)



Donald W. Winnicott



„Übergangsobjekte und
Übergangsphänomene“ (1969)

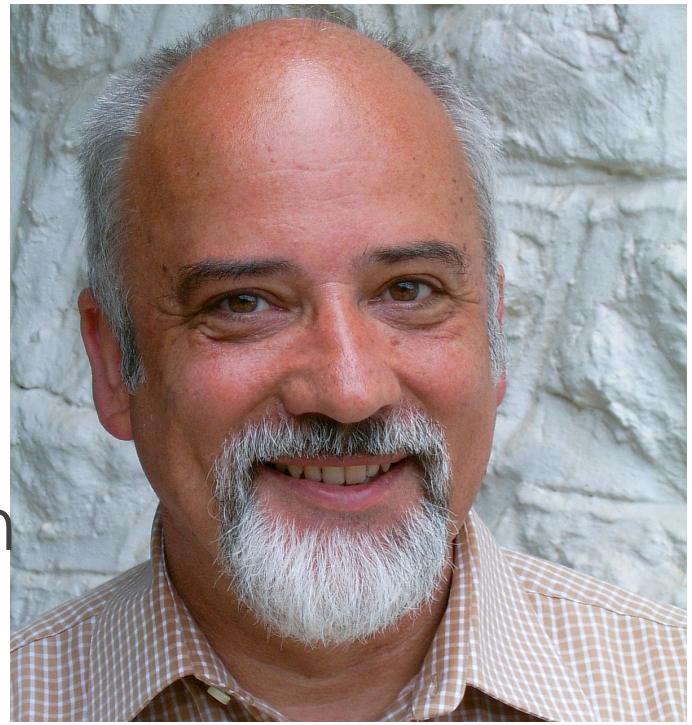
Jaques Lacan

„The Neurotic's Individual Myth“ (1979)



Hans Werner Gassmann

Empirische Untersuchung der therapeutischen Wirksamkeit der Doppelmethode im Humanistischen Psychodrama (1995)



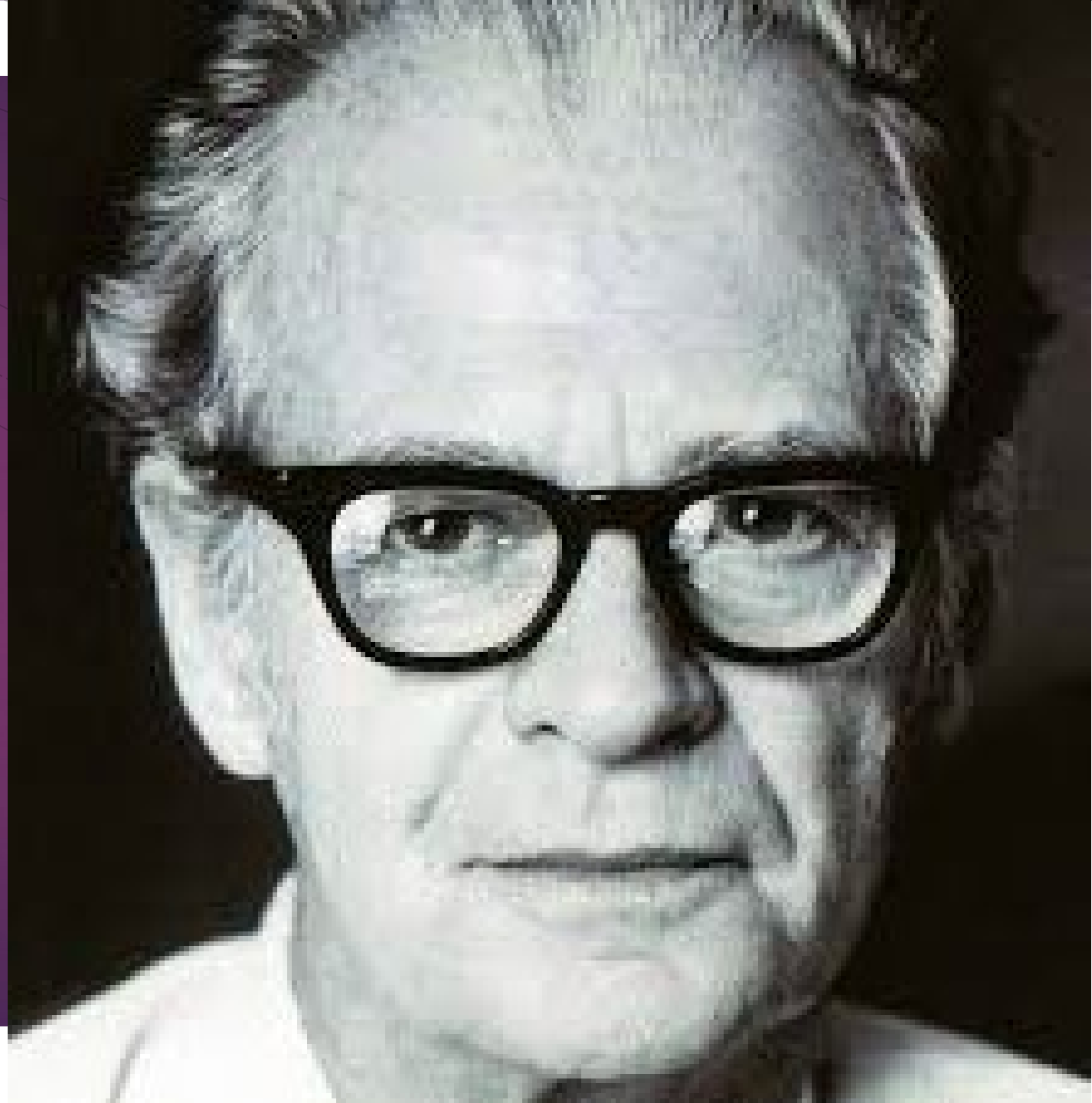


Nathan Ackermann

„Family Psychotherapy and Psychoanalysis: The Implications of Difference" (1962)

B.F. Skinner

„The Behaviour of Organism“ (1938)





Heinz Hartmann

ICH PSYCHOLOGIE (TEIL DER PSYCHOANALYSE)

„Bemerkungen zur Psychoanalytischen Theorie Des Ichs“ (1964)

Heinz Kohut

SELBSTPSYCHOLOGIE
(TEIL DER PSYCHOANALYSE)

„Forms and Transformations of Narcissism “ (1966)





Niklas Luhmann

„Die Politik der Gesellschaft“ (2002)