

Inge Seiffge-Krenke



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

# Widerstand, Abwehr und Bewältigung

V&R



Inge Seiffge-Krenke: Widerstand, Abwehr und Bewältigung

# PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Herausgegeben von  
Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Inge Seiffge-Krenke

# Widerstand, Abwehr und Bewältigung

Unter Mitarbeit von Frank Kollmar

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

ISBN 978-3-647-40579-7

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: [www.v-r.de](http://www.v-r.de)

Umschlagabbildung: Paul Klee, The Broken Key, 1938/Bridgeman Images

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,

Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /

Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.

[www.v-r.de](http://www.v-r.de)

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

# Inhalt

|   |    |
|---|----|
| Vorwort zur Reihe .....   | 7  |
| Vorwort zum Band .....  | 9  |
| 1 Vorbemerkungen .....  | 11 |
| 2 Abwehr und Widerstand im Alltag, in der Geschichte<br>und in der Psychotherapie .....     | 13 |
| 2.1 Widerstand und Abwehr als ubiquitäre Phänomene ....                                     | 13 |
| 2.2 Abwehr und Widerstand in der Geschichte<br>der Psychoanalyse – bis heute .....          | 15 |
| 2.3 Widerstand und Abwehr: Klinisch bedeutsam und<br>sehr verschieden .....                 | 16 |
| 3 Der Widerstand: Klinisches Erscheinungsbild und<br>historische Entwicklung .....          | 18 |
| 3.1 Klinisches Erscheinungsbild des Widerstandes .....                                      | 18 |
| 3.2 Historische Entwicklung und gegenwärtige Sicht<br>des Konzepts .....                    | 20 |
| 3.3 Klassifikationen der Widerstandsformen .....  | 22 |
| 4 Die Abwehrlehre: Ein Blick zurück und viele Kontroversen ...                              | 26 |
| 4.1 Die Anfänge der Abwehrlehre bei Freud:<br>Alles andere als klar .....                   | 26 |
| 4.2 Abwehrmechanismen bei Anna Freud und<br>Konzeptionen über frühe Abwehrmechanismen ..... | 28 |
| 4.3 Abwehr: Klinisch bedeutsam – aber viele Kontroversen                                    | 30 |

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 5   | Der Blick auf die Ressourcen: Von der Abwehr zur Bewältigung                           | 33 |
| 5.1 | Ressourcenorientierung und eine positive Sicht auf die Abwehr                          | 33 |
| 5.2 | Annektierungen des Abwehrbegriffs in anderen Therapierichtungen                        | 35 |
| 5.3 | Von Freud zu Lazarus: Wie aus der Abwehrlehre die Copingforschung entstand             | 36 |
| 5.4 | Abwehr und Bewältigung – ein integratives Modell                                       | 39 |
| 6   | Entwicklung von Abwehrmechanismen und ihre Veränderung durch Therapie                  | 42 |
| 6.1 | Abwehr aus entwicklungspsychologischer Perspektive                                     | 42 |
| 6.2 | Veränderung der Abwehr durch Therapie  | 44 |
| 7   | Klinische Arbeit mit dem Widerstand  | 46 |
| 7.1 | Widerstand und Regulation der Nähe der Beziehung zum Therapeuten                       | 46 |
| 7.2 | Allgemeine Prinzipien: »Das Spiel mit dem Widerstand«                                  | 47 |
| 7.3 | Behandlungstechnik: Widerstandsanalyse   | 49 |
| 7.4 | Spezielle Situationen: Geheimnisse   | 52 |
| 7.5 | Widerstand in der Supervision  | 55 |
| 8   | Klinische Arbeit an Abwehrmechanismen  | 57 |
| 8.1 | Systematisierung der Abwehrmechanismen   | 57 |
| 8.2 | Allgemeine Prinzipien: »Die Abwehr lieben lernen«                                      | 61 |
| 8.3 | Strukturniveau, Abwehr und Bewältigung   | 64 |
| 8.4 | Analyse der Gegenübertragung bei Verleugnung, Spaltung und projektiver Identifizierung | 67 |
| 9   | Abschließende Bemerkungen  | 72 |
|     | Literatur  | 73 |

## Vorwort zur Reihe

Zielsetzung von PSYCHODYNAMIK KOMPAKT ist es, alle psychotherapeutisch Interessierten, die in verschiedenen Settings mit unterschiedlichen Klientengruppen arbeiten, zu aktuellen und wichtigen Fragestellungen anzusprechen. Die Reihe soll Diskussionsgrundlagen liefern, den Forschungsstand aufarbeiten, Therapieerfahrungen vermitteln und neue Konzepte vorstellen: theoretisch fundiert, kurz, bündig und praxistauglich.

Die Psychoanalyse hat nicht nur historisch beeindruckende Modellvorstellungen für das Verständnis und die psychotherapeutische Behandlung von Patienten hervorgebracht. In den letzten Jahren sind neue Entwicklungen hinzugekommen, die klassische Konzepte erweitern, ergänzen und für den therapeutischen Alltag fruchtbar machen. Psychodynamisch denken und handeln ist mehr und mehr in verschiedensten Berufsfeldern gefordert, nicht nur in den klassischen psychotherapeutischen Angeboten. Mit einer schlanken Handreichung von 60 bis 70 Seiten je Band kann sich der Leser schnell und kompetent zu den unterschiedlichen Themen auf den Stand bringen.

Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- *Kernbegriffe und Konzepte* wie zum Beispiel therapeutische Haltung und therapeutische Beziehung, Widerstand und Abwehr, Interventionsformen, Arbeitsbündnis, Übertragung und Gegenübertragung, Trauma, Mitgefühl und Achtsamkeit, Autonomie und Selbstbestimmung, Bindung.
- *Neuere und integrative Konzepte und Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Übertragungsfokussierte Psychotherapie, Schematherapie, Mentalisierungsbasierte Therapie, Traumatherapie, internet-



- basierte Therapie, Psychotherapie und Pharmakotherapie, Verhaltenstherapie und psychodynamische Ansätze.
- *Störungsbezogene Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Dissoziation und Traumatisierung, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Borderline-Störungen bei Männern, autistische Störungen, ADHS bei Frauen.
  - *Lösungen für Problemsituationen in Behandlungen* wie zum Beispiel bei Beginn und Ende der Therapie, suizidalen Gefährdungen, Schweigen, Verweigern, Agieren, Therapieabbrüchen; Kunst als therapeutisches Medium, Symbolisierung und Kreativität, Umgang mit Grenzen.
  - *Arbeitsfelder jenseits klassischer Settings* wie zum Beispiel Supervision, psychodynamische Beratung, Arbeit mit Flüchtlingen und Migranten, Psychotherapie im Alter, die Arbeit mit Angehörigen, Eltern, Gruppen, Eltern-Säuglings-Kleinkind-Psychotherapie.
  - *Berufsbild, Effektivität, Evaluation* wie zum Beispiel zentrale Wirkprinzipien psychodynamischer Therapie, psychotherapeutische Identität, Psychotherapieforschung.

Alle Themen werden von ausgewiesenen Expertinnen und Experten bearbeitet. Die Bände enthalten Fallbeispiele und konkrete Umsetzungen für psychodynamisches Arbeiten. Ziel ist es, auch jenseits des therapeutischen Schulendenkens psychodynamische Konzepte verstehbar zu machen, deren Wirkprinzipien und Praxisfelder aufzuzeigen und damit für alle Therapeutinnen und Therapeuten eine gemeinsame Verständnisgrundlage zu schaffen, die den Dialog befördern kann.

*Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke*

## Vorwort zum Band

Widerstand und Abwehr kennzeichnen nicht nur das ungeliebte Stocken des Therapieprozesses, sie sind nicht bloß die negativen Abdrücke von Unwillen, Kritik und Gegenwehr im therapeutischen Kontext, sondern stellen bedeutsame Bewältigungsleistungen der Patientinnen und Patienten dar, die wertvolle Hinweise auf strukturelle Bereitschaften der Betroffenen, Nähe-Distanz-Probleme oder therapeutische Interventionen im Therapieverlauf geben können.

Darüber hinaus stellt das Abwehrkonzept eine integrative Modellvorstellung dar, die den gesamten Forschungsbereich der Bewältigungsforschung angestoßen hat. Und so begleiten Abwehr und Widerstand das alltägliche Leben und sind auch in der Historie, auch in der Psychoanalyse selbst, und in der Politik auszumachen. Abwehrmechanismen der Verleugnung, Verdrängung und Bagatellisierung kennzeichnen jene Mauern des Schweigens, die Unrecht schützen, Ängste bei Opfern schüren und Machtmittel der Unterdrückung darstellen. Abwehrmechanismen der Projektion suchen Angstreduktion durch Abschottung von Randgruppen, dem Fremden an sich und dem vermeintlich Feindlichen.

Ein überzeugender Bogen wird vom Alltag bis in die Therapiesituation gespannt. Widerstand und Abwehr werden in ihrer Begrifflichkeit, der historischen Herleitung und der klinischen Bedeutsamkeit gut fassbar. Auch die Kontroversen zu Definition und Geltung werden angesprochen und offengelegt. Der Schritt von der Abwehr zur Bewältigung gelingt überzeugend und gipfelt in einem integrativen Modell. Die Entwicklung der Abwehrmechanismen und ihre Veränderung im Therapieverlauf stellen ein eigenes Thema dar. Klinisch bedeutsam ist

die Arbeit mit dem Widerstand in der Praxis: ein erhellendes Kapitel, das mit spannenden Falldarstellungen angereichert ist. Die klinische Arbeit an den Abwehrmechanismen führt zum Thema einer strukturbezogenen Psychotherapie, auch die Analyse der Gegenübertragung ist ein fundamentales Therapieprinzip.

Die Grundideen, dass Abwehrmechanismen die Selbsterhaltung fördern und Widerstand etwas Positives ist, haben etwas Befreiendes, Emanzipatorisches. Ja, es ist eine große Leistung, sich im Widerstand selbst zu behaupten. Und man darf ihn auch nicht um jeden Preis brechen, denn dann bricht man die Person ...

Ein wirklich positives Buch, das mit dem dunklen Kapitel des Widerstands in der Psychoanalyse lichtvoll umgeht und das Abwehrkonzept in den Rahmen der Bewältigungsforschung stellt.

*Franz Resch*