

Von der Couch zum Tanz: Das ruhige Liegen auf der Couch

Dr.phil. Claudia Guderian

E1-Vortrag, 24. April 2006, im Rahmen der
56. Lindauer Psychotherapiewochen 2006 (www.Lptw.de)

Von der Couch zum Tanz – so ist die zweite Psychotherapiewoche überschrieben, die unser heutiger Vortrag einleitet. Von der Couch zum Tanz? Üblicherweise wird man nicht von einer Couch, sondern von einem Stuhl auf die Tanzfläche gebeten. Wie aber gelangt man vom Stuhl auf die Couch? Und zwar nicht eine beliebige, sondern die Couch des Psychoanalytikers, der das Liegen vom Sessel aus bewacht? Und wie von dort wieder in ein quirliges, erfülltes Leben, das im Tanz, in einer wirbelnden, lebensfrohen Bewegung seinen schönsten Ausdruck findet?

Ich möchte mich diesen Fragen in drei Schritten nähern.

Als erstes werde ich Ihnen anhand einiger Photographien aus psychoanalytischen Behandlungsräumen zeigen, wie die Couch, von der heute morgen die Rede ist, in der Praxis, der realen psychoanalytischen Praxis, aussehen kann.

Als zweiten Schritt werde ich betrachten, welche körperlichen und seelischen Veränderungen auftreten, wenn man sich von der aufrechten in die liegende Position begibt.

Und in einem dritten Schritt werde ich zeigen, wie im Verlauf des psychodynamischen Prozesses das erreicht werden kann, was uns alle hier gemeinsam interessiert: nämlich das sich Aufrichten, das Aufbrechen zu einem Leben, das man wieder gestalten kann, in dem man eigene Ideen umsetzen kann, weil man den Impuls zur Bewegung, der aus dem tiefsten Inneren kommt, nicht mehr abwehren muß, sondern spürt und bejaht. Und welche Rolle dabei die Couch spielt.

Zunächst also zur realen Couch. Zur Couch, die übrigens von ihrem Gestalter, Sigmund Freud, als *Ruhebett* bezeichnet wurde und erst nach 1938, unter diesem Namen ihren Gang um die Welt antrat. Zur Couch, auf der man während der Psychoanalyse liegt. Man erkennt sie daran, daß sie grundsätzlich nicht allein steht, sondern erst zusammen mit dem Sessel zur Analyse-couch wird. In dem Sessel sitzt der Analytiker hinter dem Kopfende der Couch, vom Analysanden ungesehen. Gemeinsam bilden die beiden Möbelstücke das sogenannte *Setting* oder *Couch-Setting*. In welchem Umfeld treffen wir es an?



Sigmund Freud, London

Das Ursetting, das Freud ab 1891 48 Jahre lang benutzte, stand in Wien. Freud nahm es 1938 mit in die Emigration nach London, wo es heute weitgehend unverändert als Museumsstück besichtigt werden kann. Wir sehen ein bürgerliches Ambiente des 19. Jahrhunderts voll Behaglichkeit und Geborgenheit, das repräsentative Zimmer einer geräumigen Villa mit direktem Zugang zur Veranda, das zugleich Freuds Arbeitszimmer und Bibliothek war. Anklänge an die Renaissance-Einrichtung des *Studiolo*, der Gelehrtenstube, in der sämtliche Disziplinen der Wissenschaftswelt erforscht werden, finden sich hier: der Schreibtisch mit der eingelassenen roten Lederablage, Brille, Brieföffner, der literarische Handapparat auf dem bereitgestellten zweiten Tischchen, der Reisewecker als modernes Stundenglas und *memento mori*, aber auch die Fundstücke aus verschiedenen Hochkulturen, vor allem Kleinplastiken aus der griechischen, römischen, ägyptischen, assyrischen und babylonischen Zeit, mit denen sich Freud umgab wie mit zwergenhaften versteinerten Verbündeten jener Epochen. Der Raum enthält mehrere Hundert solcher Plastiken, darüber hinaus persönliche Erinnerungsstücke, Photographien und, über der Couch, ein Bild von André Brouillet, das den Neuropathologen Jean Martin Charcot in Paris mit einer Hysteriepatientin zeigt. Der etwa vier Meter hohe Raum ist mit Fischgrat-Eichenparkett belegt, auf dem ein sehr großer Perserteppich liegt; die Couch ist in das Arbeitsumfeld des Wissenschaftlers Freud mit einbezogen, er kann auf sie schauen, wenn er vom Schreibtisch aufblickt. Freud erhielt sie 1891 von einer dankbaren Patientin, einer Madame Benvenisti, als Geschenk, und hat sie niemals beziehen lassen, sondern nur einen Teppich als Diwandecke daraufgelegt – was vermutlich als Provisorium gedacht war –, so daß noch heute der weiße Blindbezug aus Nessel darunter liegt. Die Couch ist 1,86 m lang, 83 cm breit und 75 cm hoch; die Sitzhöhe beträgt 46 cm. Freud saß rechts vom Kopfende wegen seiner beginnenden Schwerhörigkeit auf dem rechten Ohr. Sein Sessel berührt die Couch nicht.



Alex Holder, Hamburg

Diese Couch von Alex Holder steht in einem bürgerlichen Ambiente des ausgehenden 20. Jahrhunderts, ebenfalls in einer Studierstube mit großer Bibliothek. Auch hier findet sich ein Schreibtisch, und darüber hinaus noch ein Setting für die Therapie im Sitzen. Der Raum strahlt eine große Behaglichkeit aus mit seinen gedämpften Farben und den bis unter die Decke gehenden Bücherregalen, die den ganzen, sehr langen Raum durchziehen. Der Patient liegt auf einer 1,40 m breiten Couch direkt davor. Die Couch ist 1,90 m lang und 56 cm hoch, aber vollkommen flach. Der Analytiker sitzt in einem Winkel von etwa 30 Grad mit seinem Sessel zur Couch; die Füße unterstützt während der Analyse ein Hocker, so daß er in eine halb liegende Position gerät. Der Raum endet zum Fußende der Couch hin in einem Erker, in dem auch das Face-to-Face-Setting arrangiert ist. Der davor drapierte Schleier erinnert einerseits an den aufgemalten Vorhang eines Renaissancegemäldes, andererseits auch an den Schleier vor einer Wiege.



Cornelie Chlond-Frölich, München

Ein professionell kühles Ambiente des beginnenden 21. Jahrhunderts. Der Raum enthält wenige Einrichtungsgegenstände: Couch, Sessel, und an der Seite ein niedriges Regal mit einigen Büchern. Die Analytikerin selbst gibt weniger von sich und ihren sonstigen Interessen preis, lediglich einige Objekte im gegenüberstehenden Regal zeugen von ihrer Tätigkeit als Archäologin. Die Couch ist ein bei Analytikern beliebtes Modell: es heißt *beo* und ist von Toshiyuki Kita, 1987 entworfen, ein Aluminiumgestell mit gepolsterter Auflage und schwarzem Lederbezug, deren Kopfteil mittels eines Elektromotors stufenlos höhenverstellbar ist. Allerdings hat Frau Chlond-Frölich diesen Motor deaktiviert, da er die Patienten zu Spielereien verleitete. Der rote Ledersessel *aura* von Paolo Piva, hergestellt bei Franz Wittmann, ähnelt in Proportionen und Größe dem Freuds: Höhe 75, Breite 80, Tiefe 69 cm. Er steht, wie bei Freud, ohne Fußbank recht dicht am Kopfende der Couch, ohne diese zu berühren. Hinter der Couch hängt eine gerahmte Lithographie von Giorgio De Chirico. Frau Chlond-Frölich legt Wert darauf, sich ihrer Klientel professionell zu präsentieren, auch äußerlich.



Mark Solms, London

Das letzte Bild zeigt ein typisches Klinikambiente des 21. Jahrhunderts. Ein kleiner kombinierter Arbeits- und Behandlungsraum, der durch seine Enge und Zweckbestimmtheit sehr behaglich und bergend wirkt. Er ist etwa 4 x 4 m groß. Neben dem Fußende der Couch, zum Fenster hin, steht ein Schreibtisch mit einem Computerbildschirm und Akten für die wissenschaftliche Tätigkeit des Analytikers darauf; ein kleiner verschließbarer Schrank befindet sich gegenüber dem Sessel. Am Fußende des Sessels ist gleich die Eingangstür. Neonlicht von der Decke verbreitet eine sachliche Atmosphäre, jedoch ist mir nicht bekannt, bei welcher Beleuchtung psychoanalytische Behandlungen stattfinden. Insgesamt ein karges, aber fürsorglich wirkendes Setting. Die Anordnung von Couch und Sessel ähnelt der bei Freud. Hinter der Couch hängen zwei Graphiken an der Wand. Der Patient liegt auf mehreren Woldecken und Kelims, wodurch das Setting weiteren Anklang an Freuds erhält. Mark Solms verzichtet bewußt auf ein modisch gestyltes Arbeitsambiente und zeigt damit auch äußerlich, daß er dem Wort und den inneren Vorgängen den Vorrang gibt.

Das sind vier Beispiele dafür, wie eine Couch im analytischen Behandlungsraum aussehen kann. Es sind entweder kombinierte Arbeits- und Behandlungsräume oder reine Patientensprechzimmer. Der Abstand zwischen Couch und Sessel variiert stark, ich habe maximal 2 Meter Abstand zwischen Couch und Sessel gesehen, mit einem Schreibtisch dazwischen. Ebenso stark variiert der Winkel: Man trifft auch die Parallelaufstellung von Couch und Sessel, allerdings kann der Analysand den Sessel nie sehen. Der Analytiker sitzt immer, aber er kann in eine halbliegende Position geraten, wenn er, wie es viele tun, während der Behandlung die Beine hochlegt.

Das ist, Punkt Eins, der Ort *Couch*, auf dem der Patient liegt und in freier Assoziation alles ausspricht, was ihm gerade einfällt.

Kommen wir zu Punkt Zwei: Was geschieht eigentlich, körperlich und seelisch, mit einem Menschen, der, während der Psychoanalyse oder Psychotherapie, auf einer Couch liegt?

Wer sich hinlegt, tut das außerhalb der Therapie meist, weil er müde ist. Es ist Zeit. Ein seit Jahrzehnten eingehaltener Tagesrhythmus sagt uns: Jetzt ist die Phase des Liegens angebrochen, die etwa ein Drittel unseres Tages ausmacht. Die Muskelkraft, mit Hilfe derer wir uns in eine aufrechte Körperhaltung bringen, läßt nach. Beim Liegen verlieren wir die Haltung, im doppelten Sinne. Wir geben die vertikale Verankerung im Raum auf, wir begeben uns in die Horizontale und: Wir verlieren das zivilisatorisch bedeutsamste Kennzeichen, wenn wir liegen. Säuglinge liegen. Das Liegen führt uns also zurück zu einer früheren zivilisatorischen Phase.

Mit der Muskelspannung geht beim Liegen auch die *innere* Anspannung verloren. Die Sprache ist da sehr beredt: Wer liegt, ist eher entspannt. Er ist nicht verkrampft. Wer im Streß ist, zu viel Anspannung hat, steuert im Liegen gegen, indem er Muskelrelaxationsübungen macht, zum Beispiel durch Autogenes Training.

Wer liegt und sich entspannt, verliert nach und nach die Kontrolle. Zunächst die Kontrolle über den Ort, an dem er sich befindet. Man weiß nicht mehr, wo man ist, und man bestimmt nicht mehr, wo man ist. Das Aktive, das Lebensgestaltende, das Aufbrechen, Stehen und Gehen ist beim Liegen erloschen.

Und damit haben wir schon die Grenze überschritten: Aus dem rein physiologischen Vorgang, der Bewegung, oder besser: Bewegungslosigkeit, ist ein Akt seelischer Befindlichkeit geworden. Wer sich hinlegt und die Bewegung aufgibt, gibt in der Regel auch bald sein Erwachsenenbewußtsein auf. Die Wahrnehmung konzentriert sich auf den eigenen Körper. Man schließt die Augen und beginnt, das eigene Gewicht auf dem Bett oder der Couch zu fühlen. Man verspürt die Erdanziehung. Eine unsichtbare Achse zwischen dem Liegenden und dem Erdmittelpunkt stellt sich her. Man fühlt sich aufgehoben, verbunden, erdnah, man kann nirgends mehr herausfallen, auch im übertragenen Sinn.

Nun beginnt eine innere Aktivität. Die Wahrnehmung von Licht und Klang schwindet. Man unterscheidet nur noch grob Laut/Leise oder Hell/Dunkel, ein atmosphärisches Konglomerat, bei geschlossenen Lidern, aber man nimmt am Geschehen um einen herum nicht mehr teil. Erste Traumbilder ziehen auf, die in phantasievoller Assoziation irgend etwas fortsetzen, was wir gerade noch wahrnehmen. Schließlich nimmt die Wahrnehmung der äußeren Raum-Zeit-Bezüge völlig ab, und das Bewußtsein des Schlafenden verlischt. Man ist eingeschlafen. In umgekehrter Reihenfolge erwachen die Sinne am Morgen wieder: Man kommt zu sich wie aus einer Ohnmacht und weiß vielleicht noch, in welches Traumgeschehen man gerade verwickelt war. Man fühlt sein Körpergewicht, noch ohne das zu wissen, und dadurch ortet man sich im Raum, man weiß wieder, wo oben und unten ist, wo das Bett aufhört und wo die Wand beginnt. Man lauscht und hört, ob man an vertrautem Ort ist; die

Atmung beschleunigt sich, die Muskeln verlangen plötzlich nach Aktivität, man dehnt und streckt sich schon einmal, holt tief Luft, setzt sich auf und ist wach, bereit für die Aktivitäten des Tages.

Etwas Ähnliches wie beim tagtäglichen Einschlafen und Aufwachen geschieht auch beim ruhigen Liegen auf der Couch: Die körperliche Spannung sinkt, die seelische Aktivität steigt, und sie ist ungebremst – oder *weniger* gebremst – durch einschränkende Über-Ich-Instanzen. Die sinnlichen Antriebe sind stärker zu verspüren. Man denkt leichter um die Ecke als geradeaus. Man aktiviert eher das Unbewußte als das messerscharfe Denken.

Das ist der Grund, weshalb Freud empfahl, während der psychoanalytischen Kur seine Patienten liegen zu lassen. Erst neunzig Jahre später haben Hirnphysiologen dafür die exakte, meßbare Bestätigung gefunden, als sie die Funktion und Aktivität der beiden Hirnhälften untersuchten. Es stellt sich heraus, daß beim aufrechten Sitzen und Stehen diejenige Hirnhälfte aktiviert wird, die für logisches Denken, für Vernunft, Kalkül, Geschick und sozial angepaßtes Verhalten zuständig ist – das ist bei Rechtshändern die linke Seite. Beim Hinlegen wird eine Art Schalter umgelegt, diese Hirnhälfte deaktiviert und statt dessen auf die andere umgestellt – bei Rechtshändern die rechte –, die für Gefühle, Träumerei, Assoziationen, Poetik und sinnliches Verlangen zuständig ist. Man ist, wenn man liegt, sozusagen bar jeder Vernunft.

Und was erleben wir, wenn wir liegen?

Im Liegen werden Lebenssituationen reaktiviert, in denen man ebenfalls gelegen hat: der Säugling, der sich erst mühsam das Sitzen erarbeiten mußte, lag ebenso wie der Mensch tagtäglich wieder liegend in den Schlaf gleitet; mit dem Liegen verbindet man die Liebe, aber auch Krankheit im Krankenbett, ja sogar den Tod im Totenbett. Träume und Träumereien auf dem Sofa werden im Liegen erlebt, auch das Fernsehen; Urlaub und das Liegen am Strand gehören dazu wie das leichte Schaukeln einer Hängematte. Soldaten liegen im Krieg auf dem blanken Boden. Verletzte oder Verwundete liegen hilflos auf der Straße, im Schützengraben, im Feld. Die Griechen aßen vor zweieinhalb tausend Jahren im Liegen auf der *kline*, die Römer kopierten diesen Brauch und führten ihn überall im Römischen Reich ein. Auch das berühmte Letzte Abendmahl Jesu hat in Wirklichkeit im Liegen stattgefunden, und der Jünger, der Jesus am nächsten *liegt*, ist Johannes. Als Leonardo da Vinci die Szene malte, deutete er es, indem er dem sitzenden Johannes den Kopf einknicken ließ. Die Wirklichkeit war wieder in Vergessenheit geraten: Alle liegen.

Und bei jedem neuen Liegen können diese Bezüge wieder erwachen.

Meine erste These lautet also: Das ruhige Liegen auch der Couch ist eine einfache Methode, zu früheren Lebenssituationen zurückzukehren, bei denen sich etwas Gravierendes ereignet hat, auch solche Lebenssituationen, die man wieder aus der bewußten Erinnerung verloren hat.

Meine zweite These lautet: Beim ruhigen Liegen auf der Couch geht es nicht nur um den Ort Couch allein. Tatsächlich stellen sich die Orte des analytischen Prozesses dar wie Hüllen eines aristotelischen Raumkonzepts, bei dem eins das andere bergend umschließt. Da ist erstens der Ort Couch, auf dem der Patient liegt und in freier Assoziation alles ausspricht, was ihm gerade einfällt. Er unterstützt und umhüllt dadurch in gewisser Weise auch den Analysanden, der sich im Zentrum befindet.

Zweitens haben wir als Erweiterung das Setting Couch/Sessel: Ein Möbel für den, der redet, und eins für den, der zuhört.

Drittens aber gibt es den Raum, der beide umhüllt, in der Regel ein sechsflächiger Kubus. Dieser Raum stellt sicher, daß Analytiker und Analysand in jeder Hinsicht denselben äußeren Empfindungen ausgesetzt sind, denn die Kommunikation in der psychoanalytischen Praxis ist mehr als ein Gespräch: Man ist denselben Temperaturen ausgesetzt, man riecht das gleiche – gerade der Geruchssinn transportiert lebensgeschichtlich sehr alte und wenig reflektierte Erinnerungen –, man hört dieselben Geräusche, kommen sie von oben oder unten aus dem Haus, von der Straße, oder seien es Geräusche der Körper: die Schritte zur und von der Couch, das Knarren des Leders beim Umdrehen, die Geräusche des Speichelflusses beim Reden, stockendes, leises Reden, unterdrücktes Lachen oder Weinen, ängstlich zurückgehaltene Äußerungen oder ein Stocken des Atems. Ein Analysand berichtete, sein Gehör hätte sich im Verlauf der Analyse so sehr geschärft, daß er genau unterscheiden konnte, ob die Analytikerin hinter ihm mit *trockenen* Händen über das Lederpolster oder ihre Perlonstrümpfe strich, oder ob die Hände, vor Erregung feucht, ein wenig am Polster anhafteten. Aber noch mehr ist in diesen sprachlosem Dialog zu hören: wer einmal dem gurgelnden Gespräch zugehört hat, das aus den beiden Gedärmen diesseits und jenseits der Couch kommt, ohne daß ein Wort gefallen ist, weiß um die mitunter recht komische Beredsamkeit unserer Körper.

Im Analyseraum sieht man weitgehend dieselben Dinge, wenn auch aus anderer Perspektive; und lediglich der Geschmackssinn wird nicht bedient, es sei denn – auch das kommt vor –, der Analysand bringe dem Analytiker ein Eis mit. Der Raum, der beides umschließt, Couch und Sessel, er ist für die Psychoanalyse die unverzichtbare weitere Hülle, denn es geht um mehr als um den reinen Austausch von Worten, etwa am Telefon. Deshalb also bedarf die Analyse auch des Raumes, und ein *chat* im Internet kann niemals Psychoanalyse sein.

So haben wir also die drei Orte:

1. die Couch,
2. das Setting aus Couch und Sessel, und
3. das Zimmer, das beides umschließt.

Kommen wir nun zu Punkt 3: Die Veränderung der psychischen Struktur durch das ruhige Liegen auf der Couch.

Wie ist es durch das Liegen in der Psychoanalyse oder Psychotherapie möglich, das Unbewußte zu entdecken, zu erkunden und schließlich zur Triebkraft für eine neue, aktive Lebensgestaltung zu machen? Meine These lautet: Beim Liegen auf der Couch nimmt der Patient den Raum seines Therapeuten auf fünf unterschiedliche Weisen wahr. Er verschmilzt in seinem Erleben mit dem Raum und trennt sich letztlich wieder davon, um seinen eigenen Raum und damit seine eigene Biographie zu gestalten.

Das bedarf der Erläuterung.

Vorab kurz zur Methode: Ich habe bei der inhaltsanalytischen Auswertung von 20 Leitfadeninterviews festgestellt, daß sich der psychoanalytische Behandlungsraum (mit Couch und Sessel darin) und die psychoanalytische Behandlung selbst viel stärker durchdringen als dies bislang angenommen wurde.¹

Ob dies jenseits der Psychoanalyse auch für psychotherapeutische Verfahren gilt, wurde noch nicht untersucht; ich nehme es aber an.

Wenn man einen Analysanden im Verlauf der Behandlung fragen würde: „Was ist eigentlich der analytische Raum?“ so würde er es fünfmal unterschiedlich definieren. Ich habe daher von den fünf Räumen der Psychoanalyse gesprochen. Dies sind keine realen Räume, sondern fünf Definitionen von Raumerleben.

1. Der analytische Außenraum (Raum 1 – The Outer Room)

Der Außenraum ist der gerade geschilderte Kubus, in dem das Setting aufgestellt worden ist. Er ist die Hülle um Couch und Sessel, um Möbel und Teppiche, um Fenster und Türen, um Klänge und die Atemluft die alle und alles umgibt.

Den Außenraum erlebt der Analysand mit dem Gefühl: „Das ist *sein* Raum!“ – nämlich der Raum des Analytikers. Die Umgangsformen gebieten darin eine gewisse Distanz. Es versteht sich von selbst, daß neugierige Blicke auf Buchtitel, herumliegende Schriftstücke, Kunstobjekte oder Photographien unterblieben. Dem Analysanden, dem Besucher, wird ein bestimmter,

¹ Guderian, C. (2004): Die Couch in der Psychoanalyse. Geschichte und Gegenwart von Setting und Raum. Stuttgart (Kohlhammer)

definierter Ort im Raum zugewiesen. Dort darf er sein Anliegen vortragen. Der Raum jedoch verbleibt selbstverständlich im Eigentum seines Besitzers

Plötzliches Aufstehen oder gar Aufspringen wären ebenso befremdlich wie das Ansinnen des Besuchers, der Gastgeber möge bestimmte Gegenstände im Raum umstellen.

Wie wohl oder unwohl der Besucher sich in seiner Gastrolle fühlt, liegt an der Routine und Ausstrahlung des Gastgebers. Der Analytiker befindet sich also zunächst in der Rolle eines Gastgebers. Durch bestimmte Gesten und Worte, durch Körpersprache und das Einhalten gewisser Rituale zeigt der Analytiker – überwiegend nonverbal –, in welcher Rolle er sich seinen Gast wünscht.

Der Besucher wird dadurch zum Analysanden, daß er sein persönliches Anliegen vorträgt, welches er mit dem Gastgeber gegen die monatliche Zahlung einer bestimmten Summe analytisch bearbeitet. In seiner Eigenschaft als Analysand begibt er sich auf die Couch, wo er von nun an mit abgewandtem Gesicht liegt, während der Analytiker hinter ihm im Sessel sitzt.

Dadurch ist bereits die herkömmliche Konvention in der Begegnung zweier Geschäftspartner gesprengt. Nun findet kein Gespräch zwischen zwei Gleichberechtigten mehr statt. Der Analysand fühlt sich seiner gewohnten sozialen Potenz beraubt, reagiert darauf zunächst verstört und mit unterschiedlich stark ausgeprägtem Unbehagen. Er mag sich starr und gehemmt vorkommen, weil er nicht genau weiß, was ihm während des analytischen Prozesses zustoßen wird. Er kann bei dieser Form der sozialen Begegnung zunächst an keine früheren Lebenserfahrungen anknüpfen, in denen er auf diese Weise mit einem Fremden umging; also schafft er sich diese Bezüge auf der Couch neu. In seiner Suche nach früheren Räumen, in denen eine vergleichbare Kommunikation stattfand, verkennt er die Realität und weist dem Analytiker eine bestimmte Rolle zu, die dieser erspüren muß. Da ihm die Realität wie ein Teppich unter den Füßen weggezogen worden ist, verschafft er sich seine eigene Realität. Der Analysand beginnt also recht bald, den Raum aus seiner Liegeposition heraus leicht psychotisch eingefärbt wahrzunehmen. Er hat nun plötzlich das Gefühl, noch nicht richtig da zu sein. Er hat den Eindruck, *Davor zu sein*, ohne zu wissen, vor *was* er sich befindet. Er empfindet: „Ich will hier rein!“, ohne dafür zunächst Worte zu haben und ohne zu wissen, wo hinein er genau gelangen möchte.

Im Laufe seiner Besuche eruiert er, parallel zu seinem Bericht über die eigene Befindlichkeit, ob der Raum, in dem er sich befindet, ein lebendiger Raum ist. Er versucht, auf seinen Wegen zwischen Tür und Couch Raumdetails wahrzunehmen, aus denen er auf das Lebendigsein des Analytikers schließen kann. Er möchte wissen, ob er sich hier zu Hause fühlen kann, hier, *in seinem Raum*. Solange er dessen noch nicht gewiß ist, befindet er sich noch in einem undefinierbaren *Davor*.

Lassen Sie mich hierzu ein Beispiel bringen.

Im Angstraum geerdet – zwei Jahre starr im Außenraum

Die Couch als Angstraum spielt bei Frau Groß die Hauptrolle. Sie hatte eine 30stündige therapeutische Analyse abgebrochen, weil sie das Liegen nicht ertragen konnte, bevor sie ihre Lehranalyse begann.

Und nun liegt sie auf der Couch und ist starr vor Angst. Die ersten anderthalb Jahre ihrer Lehranalyse rührt sie sich nicht, denn sie fürchtet auch, daß sie für ihren Beruf nicht geeignet sein könnte. Sie findet es *bizarrr und pervers*, daß sie sich nach einer einzigen Stunde Vorgespräch gleich hinlegen soll. Dort liegt sie dann *wie im Grab, wie im Gefängnis, wie in einer Zelle* und fühlt sich an ihr *Kinderzimmer* erinnert, in dem sie ihre älteren Brüder mitunter *festgebunden* hatten. *Starr vor Angst* war sie, *wie festgewachsen auf der Couch* und hätte auch genausogut aus Metall gegossen sein können: Sie bewegte nicht einmal den kleinen Finger.

Die ersten Jahre auf der Couch waren Angstjahre. Sie befand sich wie *Auf der Flucht*, wobei sie konsequenterweise auch die Augen offenhielt, denn sie mußte ja den *Fluchtweg* sehen. Die Hände verkrampft und nicht wagend, den Kopf zu drehen, lag Frau Groß auf der schwarzen Couch und zitterte vor Angst. Daß sie nach zwei Jahren anfing, abwechselnd die Füße übereinander zu schlagen, war bereits ein Fortschritt. Den Kopf hielt sie jedoch gerade und wagte nicht, ihn zu drehen.

Die dominierende Raumerfahrung ihrer beiden ersten Jahre war die *Angst auf der Couch*, obgleich Frau Groß sie nie zu erwähnen wagte. Ihre Angst *war ihr peinlich*. Zudem befürchtete sie, keine Anerkennung als Lehranalytikerin zu bekommen, wenn sie ihre Angst zugäbe.

Wie es Frau Groß doch gelang, aus dem Angstraum herauszufinden, deuten die elementaren Metaphern *Wasser, Erde und Luft* an.

Während sie starr auf der Couch lag, hatte sie das Gefühl, daß die *Raumumrisse verschwammen, während die Zeit stillstand*. Das Bild des Wassers kehrt ein zweites Mal wieder, als sie ihr Gefühl beim Liegen als *Gefühl von Geschwindigkeit, wo alle Details verschwimmen* beschreibt.

Dabei versucht sie, die Psychoanalytikerin mit den Ohren zu *orten* und beruhigt sich, wenn sie die Geräusche von ihr wahrnimmt. Mitunter hat sie das Gefühl, die Analytikerin sei *über mir*. Aus dem Orten durch den Klang wird später das *Erden* durch den Blick: Ihr Blick forsch *auf dem Schreibtisch* nach etwas Lebendigem, einem Blümchen oder Rechnungen als Zeichen, daß das da auch lebt. Das Erden schafft allmählich Vertrauen, und nun kann sie sich auf der Couch bewegen.

Sie blickt von der Couch aus dem Fenster und legt sich *durch ihren Blick nach draußen* und erlebt nun ihr erstes Lebensjahr wieder *im Babybett und frischer Luft*, denn sie hatte ihr erstes Jahr *auf dem Balkon* verlebt. Dort gedeiht sie gut. Daß auch *Geräusche* aus Haus und Garten in den Analyseraum eindringen, verstärkt dieses Regressionsbild und wirkt als *Absicherung*. Die Analysandin fühlt sich nun geerdeter und faßt vertrauen.

Von hier an nimmt die Analyse fruchtbar ihren Lauf. Mit der Entwicklung des Beziehungsvertrauens verändert sich das Verhältnis zum Liegen. Die Couch wird *vom Feind zum Freund, vom Grab zum freundlichen Raum mit Fenster* und schließlich zu einer *bunten Wiese*.

Hätte die Analytikerin herausfinden können, daß sich die Analysandin mehr als anderthalb Jahre *wie im Grab* fühlte, hätte sie deren maligne Regression unterbrechen und bearbeiten können.

Frau Groß zog aus ihrer ungedeuteten Raumerfahrung die Konsequenz, eigene Patienten, *die dies nicht wollten, nicht auf die Couch zu zwingen*.

Diese Analyse hatte also ihren Schwerpunkt im Außenraum, die sich wie eine Hülle um das Setting legt. Dort beginnt jede psychoanalytische Behandlung. Der Patient liegt auf der Couch und erlebt den Raum so, daß er keine Verfügungsgewalt darüber besitzt. „Das ist *sein* Raum!“. Aber nach 30 bis 50 Stunden tritt eine Veränderung ein. Das Eintreten wird erst *irgendwie beklommen und ängstigend* erlebt, später *vertrauter werdend*. Die Couch, erst *als Prokrustesbett* empfunden, wird *Angenehmer und mich auch mehr aufnehmend*. Das Liegen selbst ändert sich *Ich hab' mich später einfach auch mal auf die Seite gedreht und mich bewegt, was ich mich Am Anfang nicht so getraut habe* Die Raumwahrnehmung wandelt sich von einer Ängstlichkeit, *wo ich denn hingerauten bin*, zu einer *Vertrautheit mit dem Raum*.

Wie eine Hülle hatte sich der Außenraum, Raum 1, um das Setting gelegt. Er hatte ein Klima bereitgestellt, das der Analysand zunächst gründlich eruiieren mußte, bevor der analytische Prozeß in unbekannter Richtung fortschreiten konnte. Diese Hülle hat der Analysand nun durchstoßen und ist in den nächsten Raum vorgedrungen: in den Interaktions- oder Symbioseraum (The Interactive or Symbiosis Room).

Was er in dieser Phase als *Raum* definieren würde, ist das Setting aus Couch und Sessel. Das Setting „ist“ nun der analytische Raum. Hier fühlt sich der Analysand absolut sicher.

Die Dyade bestimmt sein Erleben. Dies mag spielerisch als Interaktion beginnen, in den meisten Fällen jedoch steigert es sich zu einer echten und lang andauernden Symbioseerfahrung. „Das ist *mein* Raum!“ empfindet der Analysand. Alles im Analyseraum gehört ihm. Der Analytiker wage nur, irgendeinen Gegenstand zu verstellen oder neu hineinzubringen! Er wird sich stundenlange Vorhaltungen anhören müssen. Viele Analytiker verteidigen nun ihren Raum und rechtfertigen sich gegenüber ihrem Analysanden. Sie stoßen damit auf taube Ohren. Ihnen steht kein Recht zu, am Analyseraum auch nur ein Tittelchen zu verändern. Das ist die felsenfeste Überzeugung jedes Analysanden im Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2). Sie können in dieser Phase reichlich anstrengend sein.

Ein Beispiel.

„Was haben Sie denn da für ein Telefon! Sehe ich richtig? Das hat noch eine Wählscheibe? Haben Sie das vom Flohmarkt oder benutzen Sie

freiwillig so ein altes Ding? – Dieser Schreibtisch mit seiner durchgebogenen Platte ist ja wohl ein Witz! Stammt der noch aus Ihrer Studentenzeit? Wie können Sie nur daran sitzen? – Haben Sie schon mal dran gedacht, sich eine neue Bücherwand zuzulegen? Die platzt ja aus allen Nähten!“

Frau Kunze hielt mit ihren Bemerkungen zum analytischen Behandlungsraum nicht hinterm Berg. Schließlich hatte der Analytiker sie ja aufgefordert, alles auszusprechen, was ihr durch den Kopf ging. Und es fiel ihr eine Menge ein, nachdem sie sich durch die Kühle des Außenraums (Raum 1) hindurchgearbeitet hatte und die Wärme des Interaktions- oder Symbioseraums (Raum 2) ihr die Zunge lockerte. Mit dem Verlust der körperlichen Anspannung verliert sie jedoch auch bald jede klare Grenze zwischen sich und dem Analytiker. Es dauert nicht lange, da will sie alles bestimmen. *Das ist meins!* empfindet sie, nicht nur *Also das ist meine Couch, daß das wirklich der Punkt ist, auf den man zusteuert.* Es ist, *als würde die einem selber gehören, als wäre so das ganz klar zugeordnet.* Auch das ist ein Indikator für den Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2): Der analysand kennt nun seinen Platz, liebt und verteidigt ihn, doch immer in der Auseinandersetzung mit dem Analytiker. Das *Setting* ist der zentrale Ort des Interaktions- oder Symbioseraums (Raum 2).

Nun legt sie los. Ihr gehört alles! Sie kritisiert das ihr zugeteilte Kissen: Der Farbton des Grüns paßt ihr nicht, obgleich sie Grün prinzipiell mag. Sie sagt das relativ spät in der Analyse und muß das Kissen dann behalten. Welche Niederlage!

Der Schreibtisch des Analytikers, der mit im Behandlungsraum steht, ist das nächste Opfer ihrer Kritik. *Ich mochte nichts Neues! Zum Beispiel hab' ich meinen Lehranalytiker immer wieder geärgert mit Bemerkungen über seinen Schreibtisch, den ich ziemlich wackelig fand. Der war unterstützt, also es war so 'ne große Platte, die hing so'n bißchen durch, und die war hinten irgendwie unterstützt, durch so'n notdürftig eingezogenen Balken da hinten, und ich fand diesen Schreibtisch irgendwie ... ich hab' mich darüber immer so'n bißchen lustig gemacht.* Das alte Telefon findet ebenso wenig ihren Beifall. Ihr Spiel mit den Schwachstellen des Analytikers nimmt sehr großen Raum ein. Aber warum spielt sie es? *Das weiß ich nicht, warum eigentlich. Ich fand die Beziehung sehr gut und dachte irgendwie, da muß auch mal was sein, was nicht gut ist. Wo ich meinen Unmut dran festmachen konnte.* Vor allem will sie mit jedem Satz dem Analytiker seinen Raum streitig machen und ruft in ungezählten Varianten: *Das ist mein Raum! Hier wird nichts ohne meine Erlaubnis verändert!* Man höre den gebieterischen Tonfall: *Also auf einmal fehlte dann auch in dem ersten Analysezimmer eine Briefwaage. Und da hab' ich drauf hingewiesen, daß diese Waage weg ist, und daß ich das nicht gut finde, daß sie zur Praxis dazugehört. Sie tauchte dann trotzdem nicht wieder auf. Das fand ich nicht gut. Muß ich schon sagen.*

Weil es *ihr* Raum ist, *fehlt* plötzlich etwas. Sie *fragt* nicht etwa, wo die Waage sei, sondern sie *weist darauf hin, daß* sie nicht mehr da ist. Sie kritisiert im Grund noch heute die Eigenmächtigkeit des Analytikers im Umgang mit *ihrem* Raum. Der Analytiker nutzt die Ferien, um sich neu einzurichten, und prompt kommt die anale Retourkutsche: Selbstverständlich ist auch der neue Schreibtisch wieder der falsche. *Als der neue dastand, gefiel mir das nicht so gut. Dacht ich, also ich hätt lieber den alten wackligen gehabt.* Der Analytiker fragt sie auch noch, wie sie denn die neue Einrichtung findet. *Da hab' ich ihm dann gesagt, daß es gar nicht so darum geht, wie ich die finde, sondern mehr, daß es neue sind.* Wie kann er wagen, in *ihrem* Raum etwas zu verändern?! Und er, von ihr als *armer Mann* taxiert, der auch noch *fünf eigene Kinder* hat und daher *sein Geld nicht unbedingt in Praxismobiliar stecken* kann, zeigt nun auch noch, daß er es dennoch tut. Noch heute trägt sie das in empörtem Tonfall vor. Er hat ihr in ihrem eigenen Raum eine Niederlage beschert. Denn eigentlich gehört nicht nur der ganze Praxisraum ihr, sondern auch der Mann selbst: *Einmal hatte mein Analytiker plötzlich 'n Bart gehabt, als wir aus den Ferien zurückkamen. Das hat mich ... da war ich auch völlig ... Ich machte die Tür auf, und da stand er auf einmal mit Bart! Das fand ich sehr komisch und irritierend, eigentlich noch herber wie wenn was im Zimmer umgestellt war. Oder was Neues da war.*

Veränderungen am Mann sind unverzeihlich. Alles gehört ihr. Und daß der Analytiker sich anmaßt, sein Gesicht durch Hinzutun eines Bartes zu verändern, ist geradezu empörend. Sie duldet auch nichts Lebendes neben sich. Pflanzen nimmt sie gar nicht erst genau wahr. Auch die Couchgeschwister, deren Geruchsspuren, Parfüm oder Körpergeruch, sie in den Kissen findet, machen ihr nur deutlich, daß da auch andere sind, deren Wärme auf der Couch ihr unangenehm ist.

Dahinter liegt – ein Traum zeigt es – möglicherweise der Affekt eines intrauterinen Lebensgefühls. In diesem *kugelförmigen, mit Wasser gefüllten Raum* wäre in der Tat bereits die kleinste Änderung lebensbedrohlich. So zeigt sich der Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) in der Psychoanalyse als einer, den sein auf der Couch regredierter Bewohner mit nahezu infamer Selbstgerechtigkeit als eigenen Lebensraum verteidigt.

Der Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) wird von all seinen Bewohnern vehement verteidigt.

Ein anderer Analysand, Herr Ehrenfeld, empfindet ihn als toten Raum, er schildert den nach scharfem Desinfektionsmittel riechenden Klinikraum mit seinen weißgetünchten Wänden und einem grün karierten Kunststoff-Fußboden, in dem eine hohe Liege als Psychoanalysecouch dient und kein persönlicher Gegenstand – mit Ausnahme eines Stehpults – auf einen lebendigen Bewohner deutet. Dieser Mann war ein rigider, kalter Mensch, der die emotionalen

Seite -13-

Wünsche des Analysanden in keiner Weise berücksichtigte. Herrn Ehrenfelds Resümee: *Der Raum war tot. Der hat nicht gelebt. Aber es war in dieser Phase sein Lebensraum. Er geht zum Selbstversuch dorthin. Da muß man eben hin. Wie zum Blutabnehmen. Muß man auch den Arm ausstrecken und 'ne Faust machen. Das war die Analyse, erster Teil. Er akzeptiert den Raum notgedrungen: Deswegen wiederhole ich es: Und es war kein Mangel. Nein! Sondern ich bin gern die Tür herein, und der Raum war, würde sagen, ausreichend gut, also good enough.*

Nun gibt es aber im Dasein des Menschen nur einen einzigen Raum, der Behausung und Nahrung zugleich ist, den man nur unter Lebensgefahr verlassen kann, und der folglich über jede Kritik erhaben ist: den Uterus. Man hat keine Wahl, ob man ihn bewohnen will oder nicht. Er ist der „ganze Raum“. An diese Unabänderlichkeit erinnert auch der Diskurs mit Herrn Ehrenfeld, der die Qualitäten seines ersten AnalyseRaums über alle Grenzen der Logik hinweg verteidigt.

Die Transformation vom zweiten, dem Interaktions- oder Symbioseraum, in den dritten, den Einzelraum, geschieht wiederum unmerklich.

Die Analysanden geben an, der Raum, die Couch oder das Liegen hätten sich während des analytischen Prozesses gewandelt. Die Art der Wandlung wird mit unterschiedlichen Metaphern beschrieben. Sie wird *vom Gefängnisraum zur bergenden Couch. Später, besonders in Momenten tiefer Regression, hab' ich entdeckt, daß die Couch einen trägt.* An diesem Vergleich fällt nicht nur die offensichtliche Veränderung der Metaphorik auf, daß aus einem verstoßenden Gefängnis ein bergender Raum wird. Das eigentlich Erhellende ist der Vergleich *Gefängnisraum – Couch*. Aus dem, was eingangs, im Außenraum, ein Raum war, ist nun die Couch geworden. Die Couch ist also im Einzelraum (Raum 3) der ganze Raum, auf den sich das Erleben des psychoanalytischen Prozesses bezieht. Wenn man den Analysanden in diesem Stadium befragte, welches sein analytischer Raum sei, würde er antworten: *Die Couch*. Die Couch „ist“ nun der Raum. *Daß man sich bewegen kann, in diesem Raum. Also auch in diesem Raum „Couch“.* Das ist ja auch 'ne Art Raum, sagt eine Analysandin.

Dieses Erleben markiert die Tatsache, daß sich der Analysand in seinem analytischen Prozeß im Einzelraum (Raum 3) befindet.

Er beschreibt nun ein anderes Raumerleben als zuvor: *Ja, dann war ich mehr bei mir, wie man so schön sagt. Während der sitzenden Zeit war ich ja immer abgelenkt,* sagt eine Analysandin.

Beim Übergang vom Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) zum Einzelraum (Raum 3) spielt das Einsinken oder Versinken eine wichtige Rolle. Viele Analysanden benutzen Erd- oder Wassermetaphern und beschreiben, sie seien auf der Couch nun eingesunken oder versunken, sie hätten die Couch als Bett erlebt oder sich geerdeter gefühlt.

Damit drückt das Erleben auch sprachlich die Nähe zu dem althochdeutschen Wort *betti* aus und führt von *Bett* zu *Beet*, von *eingebettet sein* zu *geerdet sein* und *Wurzeln haben* oder *verwurzelt sein*.

*Und so hab' ich einfach mehr bei mir sein können und bin dadurch auch mehr zu mir gekommen, und bin tiefer gekommen. Also das hat schon auch 'ne Vertiefung oder 'ne Radikalisierung im Sinne von zu mir Kommen gebracht. Radikalisierung kommt von lateinisch *radix* und heißt *Wurzeln haben* – das geschieht mit gut eingewurzelten Pflanzen in einem Beet, die fortan prachtvoll gedeihen.*

Es gab so Tage, da bin ich richtig reingeplumpst und reingesunken, wobei ich das weniger mit dem Couchmaterial in Verbindung bringe, sondern mehr mit meinem inneren Erleben. Und wo ich richtig eingesunken bin, richtig da war.

Mit dem völligen sich Fallenlassen geht auch ein Kontrollverlust einher: *Das fand ich überwiegend angenehm, entspannend. Es gab auch Augenblicke, in denen ich das Gefühl hatte, im Liegen falle ich so in alle möglichen Bereiche rein, also es ist 'n stärkeres Wegdriften, in Gefühle, also Körpergefühle, in verschiedene Gedanken, wo man sich nicht mehr so richtig kontrollieren kann, wohin eigentlich die Reise geht.*

Die absolute und bedingungslose Zweisamkeit, das beseligende Glück des Verschmelzens in einem gemeinsamen Raum, das den Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) ausgezeichnet hatte, tritt nun hinter dem Erleben zurück, allein in einem einzelnen Raum zu sein, und dabei tiefste und erfüllendste Erfahrungen zu machen. Während der Analytiker im Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) unverzichtbar ist, kann er im Einzelraum (Raum 3) geradezu stören: *Manchmal hätte ich am liebsten – das war auch so eine Phantasie von mir – ihn mit seinem Stuhl in nem anderen Zimmer gehabt, um ihn nicht so nah zu haben. Das war je nachdem, welche Phase das in der Behandlung gerade war.*

Die körperlose Stimme des Analytikers ist keine Irritation mehr: *Wenn ich ganz bei mir war, war das völlig in Ordnung und angenehm, weil es mich nicht gestört hat, und weil es mir ermöglicht hat, mich mit mir zu befassen. Das Schauen, sowohl nach draußen als nach hinten zum Analytiker, verliert seine Bedeutung, weil man sich mit mir selbst und meiner inneren Bilderwelt so beschäftigt ist, daß es mir nun nicht notwendig war, nun immer ins Grüne zu gucken.*

[Am deutlichsten wird die Bewegung vom Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) in den Einzelraum (Raum 3) in einer extemporierten Definition von Frau Quambusch: *Das hat nicht mehr mit dem äußeren Raum zu tun, sondern das ist der innere Raum. Vielleicht könnte ich's so sagen: „Hey, das bin ja ich!“ Das ist wirklich eine Reise ins Ich! Das finde ich sehr schön. Dieses Wort „Ich“ stört mich insofern ein bißchen, als es nicht um etwas Egozentrisches geht, sondern es geht um ein Erfühlen des eigenen Seins. Ich kann nicht sagen, das sitzt körperlich hier oder da. Es ist einfach: Mein Seinsgefühl erweiterte sich so. Und ich erfahre eben Neues und begrüße das. Auch wenn es dunkle Sachen sind.*

Der Weg in den Einzelraum braucht seine Zeit: *Am Ende war's wie draußen liegen und Phantasien kommen lassen, aber das hat vier Jahre gedauert*, sagt Frau Groß.

Der Einzelraum (Raum 3) – The Individual Room ist also die Couch allein. Wenn der Analysand das Gefühl hat, die Couch „sei“ der analytische Raum, dann ist er im Einzelraum angekommen. *„Das ist mein alleiniger Raum!“* mag er empfinden. Hierin kann ihm niemand mehr folgen, nicht einmal der Analytiker. Der ist zwar noch bei ihm, doch sitzt er fern im eigenen Sessel. Der Analysand jedoch ist ganz bei sich. Er ist tief in die Couch eingesunken und hat von der Couch aus Zugang zu seiner Innenwelt erhalten. Die Couch hat in seinem Erleben aufgehört zu existieren, genauso wie das Setting und der Raum, in dem er sich befindet. Er *ist* in seiner regressiv erlebten Situation. Er *erlebt* sie, wie beim ersten Mal. *Drin sein* ist sein Lebensgefühl auf der Couch in dieser Phase. *Allein schwelgen*.

Das tut er nun ausgiebig. Er hat das Gefühl, seelisch genährt zu werden. *Ich bin versunken!* würde er wohl einem Fremden zurufen, wenn er das noch könnte. Denn er ist längst nicht mehr ansprechbar. In seiner Analyse ist er nun ganz bei sich.

Dabei tritt nicht nur Angenehmes im Wiedererleben zutage. Aber aus dem rundum abgesicherten Daseinsgefühl, das der Außenraum (Raum 1) und der Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2) vorbereitet haben, hat sich der Analysand die Sicherheit erworben, aus der heraus er die Konfrontation mit sehr frühen, sehr tief liegenden Erlebnissen noch einmal wagen kann. Hier ist der große Moment der Psychoanalyse. Gelingt diese Konfrontation im analytischen Setting, und kann sie zu einem klärenden Ende geführt werden, indem der Analysand die damals unbegriffene traumatische Situation nun begreifen, in seine übrigen, bereits begriffenen, Lebenserfahrungen einordnen und somit auch unschädlich machen kann, dann ist die zentrale psychoanalytische Arbeit zu einem guten Ende gekommen.

Wir nähern uns dem Ende der Analyse.

Hat der Analysand alle im Einzelraum zu lösenden Aufgaben erledigt, gelangt er in den Sonderraum (Raum 4) und empfindet dabei *„Das ist nicht mehr mein Raum!“* in Bezug auf den Analyseraum. Der Raum wird plötzlich real. In dem Maß, in dem die unbekanntesten, dunklen Innenräume vertraut und real werden, nimmt der Analysand auch das Möbelstück, auf dem er liegt, plötzlich ungeschönt wahr. Alles verliert den Schleier des Geheimnisses: der analytische Prozeß und auch der Analyseraum.

So schildert Herr Ritter den Übergang:

Da war diese Phase, die sich auch noch bis über die Hälfte der Analyse hinzog, daß ich das Gefühl hatte: „Sehr vertraut. Irgendwie sehr vertraut. So eine Wohnung, so tonig! So gemütlich! So ganz!“ Weil diese Möbel ja auch alle zusammengehörten und altmodisch waren. Und

dann kriegte ich zunehmend ein Gefühl dafür, daß das doch auch ein sehr altmodisches Interieur war. – Mir ist erst gegen Ende aufgefallen, wie abgenutzt die Couch eigentlich aussah.

Mit diesem Prozeß des Erwachens geht auch eine Form der Kritik einher. Der Analysand entwickelt eine Vorstellung davon, welche Anteile des realen Analyse- raums auch für ihn selbst passen würden und welche er aussondern möchte. Griechisch κρῖνειν, krinein, scheiden, sondern.

Zu Anfang steht ein Gewährwerden, ja oft ein Erschrecken darüber, daß ein Raumdetail gar nicht so akzeptabel war, wie man es bislang wahrgenommen und es sich in der Vorstellung zurechtgerückt hatte. Diese erste Bewußtseinsstufe wird noch nicht versprachlicht. Ganz tief innen empfand man den Raum als *unangenehm*, oder als *zu sehr Dutzendware* – aber so war es eben. Aber nun, im vierten Raum oder Sonderraum (Raum 4) – The Separate Room – wagt der Analysand, sein Empfinden auch zu denken. *Da merkte ich, daß ich sagen wollte, was ich häßlich fand in diesem Raum.* Eine Analysandin wagt auf dem Höhepunkt ihrer Ich-Findung, dem Analytiker zu gestehen, daß sie, was sie seit drei Jahren vor ihm und sich selbst verborgen gehalten hatte, *seine Klomatte schrecklich findet.*

Häufig geht mit der Kritik am Raum eine Art Dammbbruch einher. Der Analysand sieht auch den Menschen, der auf dem Sessel sitzt, als jemanden, der nur mit Wasser kocht. Mäuscheleien am Ausbildungsinstitut werden plötzlich mit bitterem Wahrheitssinn in die Analysestunde geschleudert, und nun hält es den Analysanden auch nicht mehr in der Position eines hilflosen Säuglings auf dem Rücken. Zu stark wird der Impuls, sich während der Stunde aufzusetzen – was eigentlich nicht gestattet ist. Dennoch. Es kann auch vorkommen, daß ein Analysand wutentbrannt die Stunde verläßt, einfach von der Couch aufspringt, die Tür knallt und nach Hause fährt – freilich nicht ohne Schuldgefühle. Zitat einer Dame: *Es war eine frühe Morgenstunde – und mich hat ein so wahnsinniger Wutaffekt erfaßt, da war ich zum ersten Mal richtig mutig und hab' gesagt, er könne seine Scheißanalyse alleine weitermachen! Und bin aus der Tür gestürmt. Und bin dann heulend nach Hause gefahren, weil ich mir natürlich auch als sehr unfolgsame Tochter vorkam.*

Die unfolgsame Tochter kann an dieser Stelle ihrer psychischen Entwicklung nicht anders, als aus dem Analyse- raum wegzugehen. Zwar kehrt sie in der nächsten Stunde zurück und bleibt auch noch viele weitere Stunden, aber sie hat einmal ihre Kräfte erprobt gegen denjenigen, dem sie jahrelang am allernächsten gestanden hat, und das „Weggehen für immer“, die Trennung, geprobt und dabei erfahren, daß ihre Welt *nicht* mehr zerbrochen ist.

Streit ist ein wichtiges Thema im Sonderraum (Raum 4). Gestritten wird um alles, was die Analysanden als Verletzung ihres idealen Analyseablaufs ansehen. sehr häufig ist der Raum, die Raumgestaltung oder ein Ritual im Raum das Thema des Streites.

Wenn eine Psychoanalyse diesen Punkt erreicht hat, bewirkt sie die tiefsten und nachhaltigsten Veränderungen im Leben eines Menschen. Aus dem

Bewußtsein der Ichstärke heraus stabilisieren sich Gelassenheit und Durchsetzungskraft zugleich.

Die letzten Stunde naht. Manche verbringen sie wie all die Jahre zuvor im Liegen auf der Couch. Andere sitzen bei einem Teestündchen einander gegenüber. Noch einmal saugt man in Abschiedsstimmung den Raum ins Bewußtsein auf: *Da nimmt man den Raum in sich auf und denkt: Das möchte ich nie, nie, nie vergessen! Es ist ja schrecklich: Ich muß gehen. Und bei der letzten Analyse dachte ich: Es ist auch gut. Jetzt bin ich frei.*

Die Transformation vom Sonderraum (Raum 4) in den fremdgewordenen Raum (Raum 5) – The Foreign Room ist besonders deutlich erkennbar: Die Psychoanalyse ist nämlich abgeschlossen. Die regelmäßig jede Woche stattfindenden Stunden sind aus dem Terminkalender verschwunden. Eigentlich gäbe es zur Psychoanalyse nichts mehr zu sagen.

Dennoch empfinden viele Analysanden das unerklärliche und offiziell nirgends vorgesehene Bedürfnis, nach einiger Zeit ihren Analyseraum noch einmal wieder zu sehen, *vielleicht so ähnlich, wie man das erlebt, wenn man seine alte Volksschule wieder besucht.* Und der ehemalige Analysand, der nach Jahren noch einmal seinen alten Analyseraum betritt, empfindet: „Das war mein Raum!“

Aus der Gewißheit heraus, längst den eigenen Raum bezogen zu haben, sieht er den Analyseraum noch einmal wieder. Zu seiner großen Verwunderung erblickt er einen ihm fremdgewordenen Raum.

Da war's 'n ganz anderer Raum, und auch die Analytikerin war nicht mehr dieselbe. Alle Sinne signalisieren, daß dieser Raum nicht mehr der gewohnte ist. *Nach Analyseende roch es anders in dieser Klinik. Es hat viel intensiver nach Klinik gerochen, im Flur, als ich das in Erinnerung hatte, ja? Aber es fiel mir nur irgendwie so auf: Das riecht hier anders als ich das kenne, ja? Der Treppenaufgang: Den hab' ich anders wahrgenommen in der Analyse als jetzt wieder, als ich neulich da war.* Herr Dornheim weiß dabei, daß die Räumlichkeiten aber objektiv genau dieselben sind. Der Analyseraum ist nun *so vertraut und weit weg gleichzeitig.*

Ein seltsames Gefühl, des Analyseraumes nicht mehr zu bedürfen.

Wir kommen zum Schluß.

Durch fünf Räume bewegt sich ein Analysand nacheinander, der in der Psychoanalyse ruhig auf der Couch liegt. Zu Anfang nähert er sich in seinem Bewußtsein vorsichtig. Der Außenraum, Raum 1, ist der äußere Raum, zum dem der Analysand allmählich Vertrauen entwickelt. „Das ist *sein* Raum!“ empfindet er respektvoll.

So gelangt er allmählich in den Interaktions- oder Symbioseraum (Raum 2). Das Setting ist nun das, was er als Raum empfindet. Mit dem Analytiker befindet er sich in lebhafter Interaktion, und alles Fremdeln ist verschwunden. „Das ist *mein* Raum!“ empfindet der Analysand und bekrittelt vor allem jede Veränderung, die der Analytiker „eigenmächtig“ vornimmt.

So gelangt er in den Raum 3, den Einzelraum. Der geschützte Eigenraum auf der Couch ist nun der zentrale Ort des Erlebens, und von hier aus taucht der Analysand ab in die tiefsten Regressionen, wagt er, seine schwersten Traumata wieder in die Erinnerung zurückzurufen. „Ich bin bei mir“, empfindet der Analysand.

In Raum 4, dem Sonderraum, löst er sich aus dem gemeinsamen Raum und bildet eine eigene Raumvorstellung aus. „Ich will einen *eigenen* Raum haben!“ sagt der Analysand voll innerer Empörung.

Und nach Abschluß der Analyse erlebt er, Raum 5, einen Fremdgewordenen Raum, zu dem er noch einmal zurückkehrt, und von dem er sich nun schon sehr weit gelöst hat. „Das ist *nicht mehr* mein Raum!“ stellt der Analysand befremdet fest.

So kann man vom ruhigen Liegen auf der Couch zu einem festen Stand mitten im Leben gelangen. Und dort erwartet man beschwingt die Aufforderung zum Tanz.

Dr.phil. Claudia Guderian
Ahlfeld 47
22415 Hamburg