

Persönlichkeit & Entwicklungstheorie

- Behandlung psychischen Störungen – 3 Schichten der Persönlichkeit

Bewusst, Vorbewusst, Unbewusst

- Unbewusst (beeinflussen Verhalten und Erleben)
- Nur wenn außer Therapie nicht ins Bewusstsein kommt
- Vorgänge, die bewusstseinsfähig sind → vorbewusste
- **Bewusst:** Testantworten, Träume, Fehler, Wünsche, Assoziationen...
- **Vorbewusst:** Angst, verdrängte Konflikte, Umweltreiz
- **Unbewusstes:** Instinkte, traumatische Erlebnisse, Erbanlagen

Der Mensch durch seine Triebe gesteuert/erzeugt

- Triebgesteuert: Wunsch/Verlangen befriedigen will um innere Spannung vermeiden
- Psychisch determiniert: Verhaltensweisen die durch seelische Prozesse bedingt & festgelegt (durch Erlebnisse/Ereignisse) → nur erschließbar → kein Zufall

Instanzenmodell

| | Es Seit 1. Lebensjahr vorhanden | Ich Entsteht durch Umwelteinfluss | Über – Ich |
|---------------------------------|---|---|--|
| Inhalt/ Beschreibung | Kein Logisches Denken/Moral/gut & böse | Bewusstes Leben/Wahrnehmen/ Denken/Wählen Alle zur Umwelt anpassenden kognitiven Fähigkeiten | Wert & Norm / Verhalten & bewertet Handeln der Triebwünsche |
| Ziel | Streben nach Befriedigung der Triebe/Wünsche/Bedürfnisse | Kompromiss zw. Es & Anforderungen Realität | Weitergehende Vervollkommenheit |
| Prinzip | Lustprinzip | Realitätsprinzip | Moralitätsprinzip |

- Entwickelt sich nacheinander in früher Kindheit

Dynamik der Persönlichkeit

- Ich, Es, Ü-Ich in ständiger Wechselbeziehung
 - Jede erfüllt bestimmte Funktion
- Es kündigt Wünsche an (beim Ich)
 - Wird von Ü-Ich bewertet
 - Gibt Anweisung ob ✓/X
- Ich vermittelt & überprüft Realität
- ✓ → vom Ich gesteuert
- X → von Ich abgewehrt, verdrängt
- Ich: versuchen Ansprüche & Forderungen des Es, Ü-Ich & Realität
 - Konflikte vermeiden
- Ich durchsetzen → Ich – Stärke
- Ich – Stärke → Gleichgewicht zwischen Persönlichkeitsinstanzen & Realität
- Gelingt nicht → Ich-Schwäche
- Persönlichkeitsinstanzen mit Realität in Ungleichgewicht

Möglichkeiten der Ich – Schwäche

- Es siegt über Ich → wenn Ü-Ich zu schwach & Es durchsetzen
- Ü-Ich siegt über Ich → wenn Ü-Ich zu stark, Ich kann nicht bekämpfen, Wünsche von Es die Ü-Ich verbietet müssen unterdrückt werden
- Realität siegt über Ich: Ich von Forderungen der Realität beherrscht, kann nicht durchsetzen

Folgerung für Erziehung

- Starkes Ich → Bindung zw. Eltern & Kind
 - Sehr eng → starkes Ich
- Überbehüteter Erziehungsstil → zu starkes Ü-Ich
- Je mehr Gebote/Verbote/Lenkung → stärker Ü-Ich
- Laisser – faire/vernachlässigendes Erziehverhalten → schwaches Ü-Ich
 - Ansprüche Es maßlos
- Je weniger Führung → schwächer Ü-Ich
- Starkes Ich wenn:
 - Angemessene Befriedigung Wünsche des Es
 - Neugierde Bedürfnis entfaltet wird
 - Raum an Freiheit, eig. Entscheidungen, Freiräume
 - Notwendige Grenzen
 - Nicht willkürliches Handeln v. Respektpersonen (Grund für Bestrafung)
 - Kognitiven Fähigkeiten (Sprache, Intelligenz, Denke, Gedächtnis) ausgebildet werden

Angst und Abwehr

- Instanzen in Ungleichgewicht → Ängste die warnen sollen
- Signalfunktion → treten auf wenn Ich von Reizen überwältigt
- Ich muss damit fertig werden und Druck (Angst) abbauen
- Will realistische Lösung oder Schutzmaßnahmen die die bedrohlichen & Angstauslösenden Erlebnisinhalte abwehren, unbewusst machen & Konflikte zu vermeiden helfen
- Meist unbewusst
- Weiß nicht das Erleben & Verhalten durch Abwehrmechanismen beeinflusst
- Realangst: Befriedigung von Wünschen zieht Konsequenzen der Realität mit sich = angstauslösende Ursachen
 - Bsp. Angst vor Bestrafung, Verlust von Anerkennung
- Gewissensangst: Forderungen des Ü-Ich = Verbunden mit Schuldgefühlen
 - Bsp. ß beim Kontakt mit anderen Frauen in Beziehung
- Neurotische Angst: Ansprüche des Es = zu übermächtig – Ich hat Angst vernichtet zu werden

Abwehrmechanismen

- Verdrängtes wird in Unbewusste geschoben (Triebwünsche, Gefühle, Ereignisse)
- Beeinflussen Erleben & Verhalten
- Verdrängung → Vorgang geschieht unbewusst
- 1. **Projektion:** Eigenschaften, die sich selbst betreffen aber nicht wahrnehmen will, sieht man bei anderen obwohl nicht so ist
- 2. **Reaktionsbildung:** Gegenteil von Verdrängten wird fixiert
- 3. **Verschiebung:** Wünsche & Bedürfnisse die nicht am Original befriedigt werden können → an Ersatzobjekt
- 4. **Rationalisierung:** Verpönte Wünsche werden mit „vernünftigen“ Gründen gerechtfertigt, um Wahrheit vertuschen
- 5. **Identifikation:** Abwehr der Angst durch Gleichsetzung mit anderer Person
- 6. **Widerstand:** Mensch wehrt sich gegen Aufdecken von verdrängten Inhalten
- 7. **Sublimierung:** Nicht erfüllbare Wünsche in Leistung
- 8. **Fixierung & Regression:** An Entwicklungsphase hängen bleiben/zurückfallen

Die psychoanalytische Trieblehre

- Jedes Verhalten durch Triebe erzeugt
- Grundlage von Trieben psychische Energie
 - Beim Kind ungerichtet völlig wahllos entlädt
 - Im Laufe der Entwicklung in bestimmte Bahnen gelenkt

Des Lebens & Todestrieb (Arbeiten gegeneinander)

- 2 Haupttriebe gesamte menschliche Verhalten erzeugt und steuert

Eros (Libido)

- Selbst & Artenerhaltung, Überleben, Weiterleben & Fortpflanzung als Ziel
- Auf Lustgewinn gerichtet, auf sich oder außenstehende bezogen

Thanatos (Destrudo)

- in Form von Selbsthass/Vernichtung nach innen oder außen in Aggression/Hass auf andere
- Ziel: Auflösung des Lebens in anorganischem Zustand und somit dessen Vernichtung
- Äußerungsformen: Aggression, Lust zu vernichten

Entstehung und Behandlung seelischer Fehlentwicklung

- Fehlformen in Erziehung → Ablehnung, Vernachlässigung, Überbehütung, Verwöhnung, Erfahrungen; begünstigen →
 - Instanzen in Ungleichgewicht
 - Konflikte und Probleme im Zusammenhang mit frühkindlichen Entwicklung der Libido
- Innerer Konflikt (Spannungen) → erkennbar durch Realitätsunangepasstes Verhalten
- Ungleichgewicht der Persönlichkeit
 - Erziehungsfehler/traumatische Erlebnisse zu Ungleichgewicht der Instanzen
- Ängste treten auf → Abwehrmechanismen → Erlebnisinhalte abwehren/unbewusst machen
- Lauern in der Tiefe & gehindert in Bewusstsein zu dringen
- Innerpsychische Spannungen wegen Verdrängung nicht gelöst werden
- Durch Symptome verschafft (verdrängter Konflikt) Ausdruck
- Einem Symptom liegt ein Konflikt zu Grunde
- Geschwächtes Ich → weil Realität verleugnet/ nicht Realitätsgetreu wahrnimmt
 - Kaum fähig Problem wirksam zu lösen
 - Kommt zu unangemessenem Verhalten → belastet Individuum wieder
- Psychische Störung = gescheiteter Anpassungsversuch

Konflikte in der Libido Entwicklung

- Triebwünsche nicht über Maßen befriedigt → seelische Fehlentwicklung
- Triebfrustration = Erleben einer Enttäuschung, wenn Befriedigung wichtiger Bedürfnisse vermindert
- Fixierung: Verhaftet bleiben an Erleben/Verhaltensweisen, die in der jeweiligen Phase vorherrschen und/oder an Objekten die wichtige Rolle spielen
- Regression: Zurückfallen auf bestimmte Phase vorherrschender Erlebens/Verhaltensweisen

Psychoanalytische Therapieverfahren

- klassische Analyse nach Sigmund Freud
- Annahme, dass bestimmte seelische Vorgänge und innere Kräfte dem Bewusstsein verborgen sind (unbewusste Konflikte)
- Ziel: im therapeutischen Gespräch unbewusste Konflikte bewusster und erlebbarer zu machen
- Analyse: Anamnese, Exploration
- Verfahrensweisen: freie Assoziation, Traumanalyse, Deutung
 - Freie Assoziation:
 - Client wird aufgefordert, Gedanken und Gefühlen freien Lauf zu lassen
 - Ohne Rücksicht darauf, wie unwichtig, peinlich oder beschämend
 - Annahme, dass alle Assoziationen auf frühere Ereignisse zurückgehen
 - Traumanalyse:
 - Annahme, dass im Traum unbewusste Bedürfnisse und Konflikte auftauchen
 - Client erzählt den manifesten Inhalt seiner Träume (Bilder und Vorgänge)
 - Therapeut interessiert der latente Trauminhalt (unbewusste Bedürfnisse, Ängste und Konflikte hinter diesen Traumbildern, verborgener und unbewusster Inhalt)

➤ Deutung:

- Therapeut versucht gewonnenes Material zu deuten
- Dem Klienten mitgeteilte Interpretation über unbewusste
- Sinnzusammenhänge
- Zu frühe Deutung → Widerstand, Abneigung gegen Bewusstmachung
- Auslöser: Angst vor der Veränderung
- Übertragung: den Vorgang, Gefühle, die man gegenüber einem Erlebnis, einer Person oder einer Beziehung aus der Vergangenheit hatte, auf den Therapeuten zu projizieren
- Gegenübertragung: Übertragung des Patienten löst bei dem Therapeuten ebenfalls Gedanken und Gefühle aus

Menschenbild der Psychoanalyse

- Mensch: dynamisches System, das von versch. Energien gesteuert wird
- Freuds Menschenbild: mechanistisch
 - Im Sinne von Ursache – Wirkung-Zusammenhänge (alles im Verhältnis)
- Jedes Verhalten hat mit Vergangenheit zu tun
- Ziele die der Mensch durch Handeln verfolgt → nicht berücksichtigt
- Individuum von sexuellen & aggressiven Impulsen gesteuert
- Eltern ihre Kinder nach ihren Wert/Normvorstellungen erziehen, behindert Veränderung gesellschaftliche Verhältnisse

| <u>Bezeichnung der Phasen</u> | Orale Phase 1.LJ | Anale Phase 2./3. LJ | Phallische Phase 4./5. LJ |
|---|---|---|---|
| Triebquelle | Mundzone & Sinnesorgane (Saugen, Schlucken) | Afterzone | Genitalzone |
| Triebwünsche | Wünsche des Einverleibens über Mundzone & Sinnesorgane (Haut) | Wünsche des Spielens mit Ausscheidungsorgan | Wünsche des Spielens an Geschlechtsorganen, Begehrten anderen Geschlechts |
| Grundlegung von Persönlichkeitsmerkmalen | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Optimistische Lebensgrundeinstellung ✓ Entdecken & lernen ✓ Vertrauen Mitmenschen ❖ Pessimistische LGE ❖ Verschließt sich ❖ Gewinnung von neuem wird behindert | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Teilen gern ✓ Freude an Leistung ❖ Geiz ❖ Verweigerung ❖ Leistungs – zurückhaltung ❖ Extreme Schuldgefühle ❖ Reinigung/ Waschen | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Erlernen & Akzeptieren eigener Geschlechtsrolle ✓ Ertragen von Ambivalenzen ❖ Ödipus Konflikt (Fixierung an Elternteil) ❖ Nicht eig. Geschlecht ❖ Neid, Eifersucht, Liebesunfähig, Impotenz |
| Beziehungsaufbau | Aufbau zur Beziehung mit Umwelt | Zur eigenen Person | Zum Partner |