

1. Vorlesung

Motive, Affekte und ein Schichtenmodell

Emotionen und Prozessen der Emotionsregulation wird eine zentrale Rolle bei der Entstehung und Aufrechterhaltung von psychischen Störungen zugeschrieben¹. Entsprechend finden diese Prozesse mittlerweile in allen Psychotherapie-Verfahren besondere Beachtung². Emotionale Prozesse hängen auf das Engste mit motivationalen Prozessen zusammen. Eine ausführliche Darstellung der psychologischen sowie der modernen psychoanalytischen Theorien zu Motivation und Emotion findet sich in Benecke und Brauner³.

Motive und Affekte

Freud betrachtete Emotionen, Affekte, Gefühle anfangs im Wesentlichen als von den Trieben abgeleitete Größen (»Triebabkömmlinge«). Später gestand er den Affekten, insbesondere der Angst, einen von den Trieben unabhängigen Status zu⁴: Die Angst dient dem Ich nun als Signal zur Mobilisierung von Abwehrmechanismen. Aus dieser Konzeption wurde das sogenannte Konflikt-Dreieck abgeleitet:

1 z.B. Barnow (2012), Barlow et al. (2011), Berking et al. (2008), Benecke (2014a)

2 siehe Benecke (2014a, 2016)

3 Benecke & Brauner (2017)

4 Freud (1926)

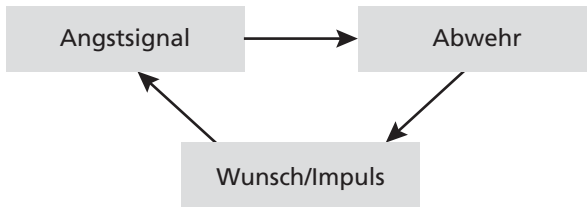


Abb. 1: Konflikt-Dreieck

Hier haben die Affekte bedeutsame Funktionen innerhalb der unbewussten Dynamik. Entsprechend spielten unbewusste »Gefühle« (z. B. unbewusste Schuldgefühle, unbewusste Aggression, unbewusster Neid usw.) von je her eine große Rolle in den psychoanalytisch-psychodynamischen Störungstheorien und Behandlungskonzepten.

Die psychodynamische Perspektive geht davon aus, dass auch ein Großteil der *Emotionsregulierungsprozesse* unbewusst abläuft, indem mit der Aktivierung unbewusster Affekte automatisch Abwehrprozesse einsetzen⁵.

Weder unter psychologischer noch unter psychoanalytischer Perspektive sind emotionale Prozesse ohne Rekurs auf eine Motivations-*theorie* zu verstehen⁶. Die engen Verbindungen zwischen Motiven und Emotionen findet sich z. B. dergestalt, dass:

1. Motive im Kern aus bestimmten emotionalen Zielzuständen bestehen;
2. bei einer Diskrepanz zwischen aktueller Situationsbewertung und aktuell vorherrschendem Motiv andere, meist negative Emotionen ausgelöst werden;
3. Emotionen zu bestimmten Handlungen motivieren, Emotionen gewissermaßen »Handlungsempfehlungen« geben;
4. Emotionen durch (motiv-dienliche) Handlungen reguliert werden können.

5 Benecke & Dammann (2003), Benecke (2014a), Benecke & Brauner (2017)

6 vgl. z. B. Bischof (1989, 2009), Benecke (2014a) Benecke & Brauner (2017)

Es besteht kein abschließender Konsens darüber, welche basalen Motivsysteme beim Menschen anzunehmen sind. Die verschiedenen Motiv-Listen⁷ zeigen zwar Überschneidungen, aber eben auch Unterschiede. Zu den basalen Motiven oder Grundbedürfnissen können aber wohl folgende gezählt werden⁸:

- Bedürfnis nach *Bindung*: eine primäre objektsuchende Motivation, Suche nach Bezogenheit der Liebe und Bindung⁹
- Bedürfnis nach *Sicherheit*: Das Sicherheitsprinzip wird von Sandler¹⁰ als wesentlich erachtet, es stehe über dem Lustprinzip und Sorge dafür, dass als gefährlich erachtete Triebimpulse unter Kontrolle gebracht werden.
- Das Streben nach *Autonomie* bzw. *Individuation* wird ebenfalls als ein zentrales Motiv angenommen¹¹.
- Bedürfnis nach *Selbstbehauptung* und *Exploration*¹².
- Bedürfnis nach *sinnlichem Vergnügen* und *sexueller Erregung*¹³.
- Kohut¹⁴ stellte den *Selbstwert* bzw. dessen Regulation ins Zentrum seiner Theorie¹⁵.
- Dem Streben nach Bildung einer *Identität* wird eine starke, spezifisch menschliche motivationale Komponente zugesprochen¹⁶.

Aus einer neurobiologischen Perspektive postuliert Panksepp sieben sogenannte affektive Instinktsysteme¹⁷:

7 siehe z. B. Grawe (2004), Young et al. (2005), Bischof (2009), Lichtenberg et al. (2011)

8 siehe Benecke & Brauner (2017)

9 Fairbairn (1952), Balint (1966), Bowlby (1969), Lichtenberg (1991)

10 Sandler (1960)

11 Erikson (1966), Mentzos (1984)

12 Lichtenberg (1991)

13 Lichtenberg (1991)

14 Kohut (1971, 1979)

15 siehe auch Mentzos (1984)

16 Erikson (1966), Thomä & Kächele (2006), Dammann et al. (2011)

17 Panksepp (1998), Panksepp & Biven (2012)

1. SEEKING: aufregende, euphorische Antizipation beim objektlosen Streben,
2. RAGE: durch Frustration ausgelöste Zustände von Wut/Hass oder Eifersucht,
3. FEAR: automatische »Fight, flight, freeze«-Reaktionen auf bedrohlichen Stimulus,
4. PANIC/GRIEF: durch Zurückweisung/Einsamkeit ausgelöster psychischer Schmerz
5. LUST: physisch-sexuelles Begehren,
6. CARE: Fürsorge-Verhalten, besonders gegenüber eigenem Nachwuchs,
7. PLAY: angeborenes Bedürfnis nach »Raufen und Balgen«, aber auch Lachen.

Eine systematische Integration unterschiedlicher Ansätze zur Beschreibung basaler menschlicher Motiv-Systeme und deren Verbindung zu affektiven Prozessen steht bisher aus¹⁸.

Im Kern gehen psychoanalytische Modelle davon aus, dass sich auf der Basis (meist früher) Beziehungserfahrungen sogenannte *Repräsentanzen* bilden. Diese Repräsentanzen vom Selbst (Selbstrepräsentanzen) und von bedeutsamen Anderen (Objektrepräsentanzen) sowie die zwischen Selbst und Objekt erwartbaren affektiven Interaktionen stellen Verdichtungen der frühen affektiven Erfahrungen dar, spiegeln aber nicht notwendigerweise die vergangenen Realerfahrungen wider, da sie im psychoanalytischen Verständnis schon unter dem Einfluss von Abwehrprozessen gebildet werden¹⁹. Die psychischen Repräsentanzen sind also schon durch psychische Prozesse *veränderte* Niederschläge realer Erfahrungen. Gleichwohl fungieren sie als eine Art unbewusster Schablonen, die in Alltagssituationen aktiviert werden.

Im Idealfall macht ein Mensch im Laufe seines Lebens die unterschiedlichsten emotionalen Erfahrungen, auch negative: Erfahrungen von Angst, Trauer, Hilflosigkeit, Scham, Schuld, die aber gleichzeitig mit der Erfahrung verbunden sind, dass diese Zustände auch reguliert

18 vgl. Benecke & Brauner (2017)

19 Sandler & Sandler (1985), Sandler & Sandler (1999).

werden können (anfangs mit Hilfe der Betreuungsperson, später zunehmend durch eigene psychische Regulierungsfähigkeiten). Das wäre die Voraussetzung dafür, dass von diesen Emotionszuständen, auch den sehr negativen, eine bewusste psychische Repräsentanz entwickelt werden kann und diese Zustände nicht abgewehrt werden müssen. Sind diese Emotionszustände aber wiederholt mit der Erfahrung verbunden, dass sie nicht reguliert werden können, dass es keine Möglichkeit gibt, aus Zuständen von Angst, Verzweiflung, Hilflosigkeit usw. wieder herauszukommen, dann entwickeln wir über kurz oder lang Strategien, um ja nicht mehr in diese Zustände zu geraten, Strategien, diese Zustände zu vermeiden, um jeden Preis. Diese als unbewältigbar erlebten Affektzustände sind wiederum üblicherweise mit spezifischen Selbst- und Objektrepräsentanzen verknüpft, deren Aktivierung ebenfalls vermieden werden muss. Dies wird in dem Begriff der *Emotionsdynamik*²⁰ deutlich: *Emotionen sind die eigentlichen »Beweger« im psychischen System.* Ein Großteil psychischer Aktivität dient der Regulierung von (im Wesentlichen unbewussten) Affekten, die den Kern der meist früh entstandenen Repräsentanzen ausmachen.

Aktivierungen der Repräsentanzen aktivieren damit verknüpfte Affekte, welche wiederum Regulierungsprozesse in Gang setzen. Im Kern der Persönlichkeit finden sich also Repräsentanzen und damit verknüpfte Motive bzw. Motiv-Konflikte und (häufig bedrohliche) Affekte (vereinfacht dargestellt in ► Abb. 2). Diese Persönlichkeitskerne sind nicht beobachtbar, allenfalls die durch Abwehrprozesse veränderten »Abkömmlinge«.

20 Benecke (2014a)



Abb. 2: Affekte und Repräsentanzen als Kern der Persönlichkeit (aus Benecke 2014, S. 233)

Psychische Schichten

Viele Konzepte postulieren eine Art »Schichten-Modell«²¹. In Erweiterung der Unterscheidung zwischen *Vergangenheitsunbewusstem*, *Gegenwartsunbewusstem* und *Bewusstem* von Sandler und Sandler²² haben wir jüngst ein Modell mit fünf Schichten vorgestellt²³:

21 z. B. Sandler & Sandler (1985), Caspar (2007)

22 Sandler & Sandler (1985)

23 Benecke & Brauner (2017)

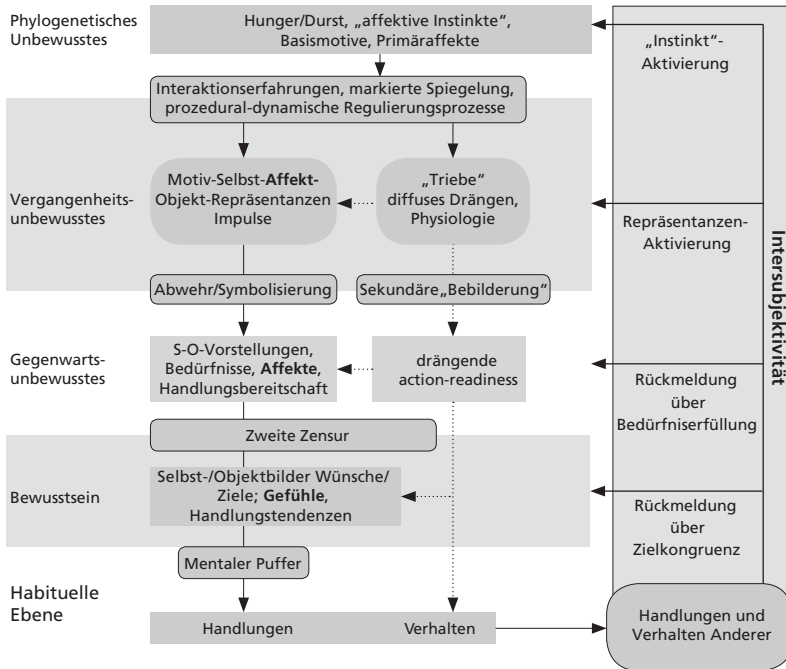


Abb. 3: Psychodynamisches Integrationsmodell der Motivation und Emotion (aus Benecke & Brauner 2017, S. 180)

Die Schichten aus Abbildung 3 sollen hier kurz erläutert werden:

- Auf der **phylogenetischen Ebene** findet man biologisch präformierte Antriebssysteme, z. B. basale physiologische Bedürfnisse; angeborene Basismotive²⁴ bzw. »affektive Instinkte«²⁵, aber auch die sogenannten Basisaffekte²⁶.
- Aus den Erfahrungen, die ein Individuum mit diesen Systemen (meist innerhalb der primären Beziehungen) macht, entwickelt sich das **Vergangenheitsunbewusste**: Dies enthält die oben erwähnten

24 Bischof (2009)

25 Panksepp (1998), Panksepp & Biven (2012)

26 Ekman (1992)

Repräsentanzen mit den individuell dominanten Motiven, Selbstbildern, Objektbildern, erwarteten Interaktionen und Kern-Affekte sowie früh entstandene Regulierungsprozesse.

- Werden die Schemata/Repräsentanzen des Vergangenheitsunbewussten aktiviert, werden sie üblicherweise in eine »erwachsene Form« gebracht: Das **Gegenwartsunbewusste** stellt also »erwachsene Formen infantiler Wünsche«²⁷ dar.
- Doch auch die Inhalte des Gegenwartsunbewussten (Phantasien, Affekte, Impulse) können üblicherweise nicht ungehindert ins **Bewusstsein** gelangen: Eine *zweite Zensur* prüft, ob diese Inhalte mit der aktuellen Situation kompatibel sind, ob sie zu Beschämungen führen könnten etc., und wandelt sie u. U. noch einmal in bewusstsensfähige Selbst- und Objektbilder, Wünsche und Ziele, Gefühle und Handlungstendenzen um.
- Diese bewussten Inhalte können nun noch mental »gepuffert« werden, bevor sie auf einer **habituellen Ebene** in Handlungen umgesetzt werden. Das resultierende Verhalten löst bei anderen relativ spezifische Reaktionen aus, die wiederum vom Vergangenheitsunbewussten »registriert« werden und meist zu einer erneuten Aktivierung der entsprechenden Repräsentanzen führen, wodurch der ganze Schichten-Zirkel mitsamt den Abwehr- und Umwandlungsprozessen erneut durchlaufen wird.

Die Abwehr- und Umwandlungsprozesse können überwiegend als **prozedural-dynamische Regulierungsprozesse** verstanden werden: *prozedural* entsprechend dem prozeduralen Gedächtnis, als neuronal gut gebahnte Abläufe; und *dynamisch*, in dem Sinne, dass diese Abläufe die Funktion haben, negative Affektzustände *dynamisch unbewusst* zu halten²⁸.

27 Sandler & Sandler (1985), S. 805

28 Benecke (2014a), Benecke & Brauner (2017)

Triebe als nichtmentalisierte Impulse

Auf die »Triebe« in Abbildung 3 soll hier kurz eingegangen werden. Eine ausführliche Erläuterung findet sich in Benecke und Brauner²⁹. Die Freud'sche Triebtheorie ist seit Jahrzehnten immer wieder in der Kritik³⁰ und laut Mertens sind »die metapsychologischen Annahmen der klassischen Psychoanalyse bezüglich des Triebbegriffs in der Gegenwart nicht mehr haltbar«³¹.

Freud siedelte den Trieb bekanntermaßen auf der *Schnittstelle* zwischen Soma und Psyche an, benennt Trieb als »Grenzbegriff zwischen Seelischem und Somatischem, als psychischen Repräsentanten der aus dem Körperinneren stammenden in die Seele gelangenden Reize, als ein Maß der Arbeitsanforderung, die dem Seelischen infolge seines Zusammenhanges mit dem Körperlichen auferlegt ist«³².

Als Triebe im Sinne eines solchen Grenzbegriffs können *nicht-mentalisierte Impulse* verstanden werden³³. Wird ein Affektausdruck eines Kleinkindes kongruent gespiegelt und mit einer Markierung versehen, wird der vom Kind ausgedrückte Affekt reguliert und kann somit zunehmend mental repräsentiert und in sein Selbst integriert werden³⁴. Gelingt dieser Prozess wiederholt nicht, so verbleiben die nicht mentalisierten und daher auch nicht repräsentierten Affekte und Impulse auf einer rein prozeduralen Gedächtnisebene, verbunden mit einer physiologischen Erregung, die sich psychisch aber nicht konkreter als eine diffuse Anspannung abbilden kann. Bezieht sich eine solche Nicht-Mentalisierung auf bestimmte Affekte oder Impulse (beispielsweise aufgrund eigener, unverarbeiteter Erinnerungen oder Themen der primären Bezugsperson), so entstehen recht spezifische, aber gleichwohl unbewusste

29 Benecke & Brauner (2017)

30 vgl. Sandler (1983), Zepf & Zepf (2007)

31 Mertens (1994), S. 20

32 Freud (1915), S. 214

33 Fonagy (2008), Target (2013), Benecke & Brauner (2017)

34 Bateman & Fonagy (2004), Taubner (2015)

und nur prozedural gespeicherte und wirksame Impulse (die, im Unterschied zu später Verdrängtem, auch nie bewusst waren). Eine Symbolisierung und damit Mentalisierung dieser Erfahrungen bleibt aus, die Repräsentanz bleibt »ein vorsprachliches Zeichen im Prozessgedächtnis«³⁵. Diese drängenden Impulse aus dem prozeduralen Gedächtnis können lediglich nachträglich mit Bildern und Phantasien verbunden werden, die den prozeduralen affektiven Repräsentanzen eine kognitive Gestalt geben³⁶, oder sie heften sich an andere Repräsentanzen und laden diese dann gewissermaßen mit den prozeduralen Affekten auf. Die von Freud postulierte Dualität der Triebe existiert in diesem Konzept nicht, allerdings liegt es nahe, dass libidinöse und aggressive Affekte/Impulse besonders häufig nicht markiert gespiegelt werden, sodass es in diesen Bereichen häufiger zur Entstehung von »Trieben« kommt. Ausführlich dargestellt sind solche Prozesse in Benecke und Brauner³⁷.

Ein Beispiel für ein individuelles Schichtenmodell könnte wie in Abbildung 4 dargestellt aussehen.

Das **Beispiel** in Abbildung 4 soll hier kurz erläutert werden: Wurde das Basismotiv nach *Selbstwirksamkeit* in der Kindheit wiederkehrend und gravierend verletzt, indem das Kind beispielsweise in einer Umgebung aufwuchs, die ihm keine oder nur eine sehr geringe Einflussnahme ermöglichte, dann bildet sich vielleicht im Vergangenheitsunbewussten folgende Kern-Repräsentanz: *Die Objekte sind mächtig, das Selbst kann nichts bewirken und ist den Objekten ausgeliefert, das ist mit massiver Hilflosigkeit/Ohnmacht verknüpft, und es besteht ein Impuls aufzugeben*. Diese massive Hilflosigkeit/Ohnmacht wäre in diesem Fall als Kern-Affekt zu betrachten. Bei einer Aktivierung dieser Repräsentanz wird dann zur Bewältigung unter Umständen (je nach weiteren Erfahrungen) ein kompensatorisches Selbst aufgebaut, wel-

35 Ermann (2008), S. 384

36 Benecke (2014a) S. 65 f.

37 Benecke & Brauner (2017)