

Analytische Psychologie nach Jung

Begriff: Die Analytische Psychologie nach Jung ist ein Verfahren, auf psychologischer und ganzheitlich-spirituelle Grundlage, das sowohl gesprächsorientiert als auch darstellend-kreativ ist. Mit Kindern ist das Verfahren spielorientiert. *Andere Bezeichnungen:* Analytische Psychotherapie nach Jung; Jungsche Analyse; Komplexe Psychologie. *Verwandte Begriffe und Verfahren:* [Psychoanalyse nach Freud](#); [Individualpsychologie](#) nach Adler; Logotherapie (Frankl); Transpersonale Psychotherapie; Psychosynthese (Assagioli); Ganzheitlich-spirituelle Therapieverfahren.

Geschichte: Die Analytische Psychologie wurde von dem Schweizer Psychiater Carl Gustav Jung (1875-1961) in Abgrenzung zur Psychoanalyse Freuds entwickelt. Jung war von 1907 bis 1913 ein Schüler und Freund Freuds. Daneben war er stark beeinflusst durch die mittelalterliche Mystik, die Alchimie, die Philosophie der Romantik, das Christentum und durch östliche Philosophien. Im Gegensatz zur Psychoanalyse Freuds fand die Analytische Psychologie nie eine große Verbreitung. In Deutschland wurde erst 1971 das erste C.G. Jung-Institut (Stuttgart) gegründet. Erst mit dem Esoterik-Boom der letzten Jahre werden die Gedanken Jungs populärer. Allerdings gibt es nur wenige ausgebildete TherapeutInnen in analytischer Psychologie.

Ziele: Heilung von psychischen Störungen aller Art. *Individuation* ist das zentrale Ziel - dies bedeutet Selbstverwirklichung, Selbstwerdung, Bewußtseinerweiterung, Entfaltung aller Fähigkeiten/Anlagen/Möglichkeiten, Ganzwerdung. Sinnfindung. *Zielgruppe:* Für alle Altersgruppen, besonders jedoch für Personen über 35 und für Kinder/Jugendliche.

Vorgehensweise: Die Analytische Psychologie wird überwiegend als Einzeltherapie angeboten, daneben aber auch als Gruppen-, Paar- und Familientherapie. In der Einzeltherapie sitzen sich KlientIn und TherapeutIn in der Regel gegenüber. Angestrebt wird ein Dialog zwischen beiden als gleichberechtigten PartnerInnen und eine tiefe menschliche Begegnung. Die TherapeutIn wird aber auch als Belehrende und "SeelenführerIn" verstanden. Es gibt keine Festlegung auf bestimmte Techniken, sondern die jeweilige Methode soll der speziellen Situation der einzelnen KlientInnen angepaßt werden. Allerdings steht die Arbeit mit Träumen, Phantasien, Imaginationen häufig im Mittelpunkt. Träume können erzählt, meditiert und durch Vorstellungen ergänzt werden. Die TherapeutIn regt auch zum kreativen Umgang mit Traum- oder Phantasieinhalten an (z.B. durch Malen, Modellieren, Tanzen). Die TherapeutIn kann selbst aktiv werden, indem sie ihre Ideen/Gefühle zu den Äußerungen der KlientIn spontan ausdrückt und vor allem auch die Träume der KlientIn durch Wissen aus Mythologie und Symbolkunde anreichert (*Amplifikation*).

Bei der Arbeit mit Kindern steht das Spiel (Sand-, Puppen-, Rollenspiel) im Mittelpunkt. In der Regel werden begleitende Elterngespräche und in Einzelfällen familientherapeutische Sitzungen durchgeführt.

Theorie: Es wird von der grundsätzlichen Ganzheit und Polarität des Menschen ausgegangen. Neurosen werden gesehen als Ausdruck der Unfähigkeit des Menschen, sich als Ganzheit zu akzeptieren. Das *Selbst* gilt als der Kern des Menschen, mit der angeborenen Fähigkeit zur Entfaltung der Individualität. Psychische Störungen bedeuten in diesem Sinn eine Hemmung der natürlichen Selbstentfaltung und Selbstverwirklichung. Jung versteht Neurosen als "Leiden der Seele, die ihren Sinn nicht gefunden hat". In der Therapie soll die Sinnhaftigkeit der Krankheitssymptome und des Leidens für die KlientIn verstehbar und annehmbar gemacht werden. Ursachen von psychischen Störungen können von der Zeugung bis zum Tod in allen Lebensphasen liegen. Neben Ursachen in der individuellen Lebensgeschichte und in der gesellschaftlichen und kulturellen Situation gibt es auch Lebenskonflikte, die alle Menschen bewältigen müssen: die sogenannten *archetypischen* Probleme. Deshalb wird die KlientIn in der Analytischen Psychotherapie mit *archetypischen* Lösungswegen, wie sie in Mythen oder Märchen aufgezeigt werden, in Kontakt gebracht. Heilung soll durch Individuation erreicht werden. *Individuation* geschieht über Bewußtmachung und Integration bislang unbewußter polarer Persönlichkeitsanteile wie z.B. dem sogenannten *Schatten* als negativem

oder dem *Animus* bzw. der *Anima* als gegengeschlechtlichen Anteil.

Ethische Unbedenklichkeit: Ziele und Vorgehensweise widersprechen nicht humanen Grundsätzen.

Erprobtheit, Risiken und Wirksamkeit: Es gibt unseres Wissens keine kontrolliert-wissenschaftlichen Untersuchungen zur Analytischen Psychotherapie nach Jung. Von daher können keine zuverlässigen Aussagen über Risiken, Gegenanzeigen und Wirksamkeit gemacht werden. Das Verfahren muß deshalb - trotz der Anerkennung durch die Krankenkassen - als unerprobt und ohne ausreichenden Wirksamkeitsnachweis angesehen werden.

Subjektive Erfahrungsberichte bezeugen eine gute Wirkung der Analytischen Psychotherapie für die Förderung der Selbsterfahrung.

Zusammenfassung: Ethisch vertretbar. Unerprobt. Ohne ausreichenden Wirkungsnachweis. Mit heilkundlichen Ausbildungsgängen.

AutorIn: *Claudia Webinger (1994), überarbeitet (2002)*

Verwendete Literatur:

- 33 ELHARDT, SIEGFRIED (1971): Tiefenpsychologie - Stuttgart, Berlin, Köln, Mainz (Kohlammer)
- 1118 JACOBY, MARIO (1985): Psychotherapie im Rahmen der analytischen Psychologie von C.G. Jung; Stuttgart (Hippokrates); in: MAURER, YVONNE (Hrsg.), Bedeutende Psychotherapieformen der Gegenwart, S.21-35;
- 1166 MASSON, JEFFREY M. (1993): Jungs Psychotherapie; München (Goldmann); in: MASSON, JEFFREY M. (Hrsg.), Die Abschaffung der Psychotherapie. Ein Plädoyer, S.142-156;
- 1178 STROTZKA, HANS (HRSG.) (1978): C.G. Jungs "Komplexe Psychologie"; München, Wien, Baltimore (Urban & Schwarzenber); in: STROTZKA, HANS (Hrsg.), Psychotherapie, Grundlagen, Verfahren, Indikationen, S.223-231;
- 1269 MÜLLER, LUTZ (1989, 2. Aufl.): Analytische Psychotherapie (C.G. Jung); München (Heyne); in: SCHWERTFEGGER, BÄRBEL - KOCH, KLAUS (Hrsg.), Der Therapieführer. Die wichtigsten Formen und Methoden, S.34-40;

Web-Adressen zum Thema:

AnbieterInnen-Verbände:

<http://www.cgjung.de/> (DGAP)

<http://www.cgjung.org/> (C.G.Jung-Gesellschaft, Köln)

<http://www.iaap.org/> (IAAP, internationale Gesellschaft)

<http://www.dgpt.de/> (Zusammenschluß verschiedener analytischer Richtungen)

<http://www.vakjp.de/> (Kinder- und Jugendlichen- Psychotherapeuten)