

»Leben heißt, sich minderwertig fühlen«. Zur Aktualität der Individualpsychologie Alfred Adlers

Vortrag SFU, Do., 30.03.2006

Im Eingangsmonolog von William Shakespeares Drama *König Richard der Dritte* sagt der Titelheld über sich selbst Folgendes aus:

»Ich, roh geprägt, entblößt von Liebesmajestät [...],
Ich, um dies schöne Ebenmaß verkürzt,
Von der Natur um Bildung falsch betrogen,
Entstellt, verwahrlost, vor der Zeit gesandt
In diese Welt des Atmens, halb kaum fertig
Gemacht, und zwar so lahm und ungeziemend,
Dass Hunde bellen, hink ich wo vorbei;
Ich nun, in dieser schlaffen Friedenszeit,
Weiß keine Lust, die Zeit mir zu vertreiben,
Als [...] meine eigne Missgestalt erörtern;
Und darum, weil ich nicht als ein Verliebter
Kann kürzen diese fein beredten Tage,
Bin ich gewillt, ein Bösewicht zu werden
Und Feind den eitlen Freuden dieser Tage«.¹

Shakespeares Drama handelt vom Aufstieg und Fall des Grafen Gloster, der es schafft, durch Intrigen und Mord 1483 den englischen Königsthron zu besteigen, diesen aber nur zwei Jahre behält, weil er 1485 in der Schlacht bei Bosworth gegen die Tudor-Dynastie fällt. Im Eingangsmonolog beschreibt er sich als jemanden, der hässlich und verkrüppelt sei. Wenn er irgendwo vorbeihinke, dann bellten die Hunde, heißt es im Zitat. Selbst nicht-menschliche Kreaturen – die im frühneuzeitlichen Denken an unterster Stelle in der hierarchischen Ordnung stehen und daher ganz wertlos sind – nehmen demnach an ihm Anstoß. Heute, da man ein anderes Verhältnis zu Tieren hat, würde man diese Passage wahrscheinlich so verstehen, dass Hunde mit ihrem sensiblen Gespür auf jemanden wie Richard den Dritten gewissermaßen allergisch reagieren. Schließlich ist seine äußere Missgestalt, durchaus im Einklang mit alten psychologischen Theorien, ein getreues Abbild seines inneren Wesens. Weil ihn niemand liebt, heißt es im Text, sei er gewillt, ein Bösewicht zu werden »und Feind den eitlen Freuden dieser Tage«. Diese Passage liefert ein solides Fundament für triebpsychologische Überlegungen, denn die aufgestaute Libido fordert ihren Tribut in Gestalt destruktiver Aktionen. Schließlich handelt Richard völlig skrupellos und scheut selbst vor Mord nicht zurück, um endlich den Königsthron zu besteigen. Wir könnten aber genauso gut auch objektbeziehungstheoretisch argumentieren und darauf hinweisen, dass fehlende Objektbeziehungen sein Leben in eine falsche Richtung zwängen. Aber da es in diesem Vortrag nicht um psychoanalyti-

¹ Shakespeare, William 1979: Dramatische Werke, Bd. VIII: König Heinrich der Sechste – König Richard der Dritte. Basel: Diogenes, S. 291.

sche Kulturpsychologie geht, sondern um die Bedeutung der Individualpsychologie für die Gegenwart, möchte ich mir weitere diesbezügliche Bemerkungen verkneifen und nun zum eigentlichen Thema des heutigen Abends kommen.

Alfred Adler bezeichnet Missbildungen oder funktionelle Mängel des Organismus als *Organminderwertigkeit*.² Sie werden als Nachteil gegenüber den Mitmenschen empfunden, sind mehr oder weniger bewusst und haben seelische Reaktionen zur Folge. Das ist bei Richard dem Dritten ganz offenkundig, denn er klagt über seine Hässlichkeit und über seine körperliche Behinderung, bedauert, dass ihn niemand liebt, dass er daher alltägliche Freuden nicht zu genießen vermag und daher gewillt sei, ein Bösewicht zu werden.

Die Theorie der Organminderwertigkeit ist gewissermaßen der Bodensatz der Individualpsychologie und eine frühe wissenschaftliche Thematisierung der Beziehung zwischen Körper, Psyche und Geist. Sie ist noch in einem hohen Ausmaß dem biologistischen Denken verpflichtet, denn psychisches Leid resultiert aus einem körperlichen Gebrechen und nicht aus Gefühlen oder Affekten. Die Gemeinsamkeit mit Adlers später ausgearbeiteter Entwicklungs- und Persönlichkeitstheorie besteht aber darin, dass das seelische Leid nach Ausgleich verlangt, nach Kompensation durch das Geltungsstreben. Bekannte Beispiele für Kompensation auf Grund körperliche Beeinträchtigungen sind etwa die Schwerhörigkeit Beethovens oder die Stigmatisierung des Ohres von Anton Bruckner durch einen Naevus flammeus, ein Feuermal.³ Auch Sprachfehler können zu kompensatorischen Leistungen führen. So waren etwa Isaac Newton, Charles Darwin, Marilyn Monroe, Bruce Willis oder Rowan Atkinson bekannte Stotterer. Auch von Demosthenes (384–322 v.Chr.), dem berühmtesten Redner des antiken Griechenland, heißt es, dass er als junger Mann unter Sprachproblemen gelitten habe. So berichtet Plutarch (45–125 n.Chr.) von den Übungen, mit denen Demosthenes angeblich an seiner Aussprache gefeilt hat: Er habe mit Steinen im Mund geredet oder gegen den Lärm der Meeresbrandung angesprochen. Diese Überlieferung ist auch heute noch allgemein bekannt, und daher ist es kein Zufall, dass sich die bundesdeutsche Vereinigung der Stotterer-Selbsthilfe *Demosthenes-Institut* nennt.⁴ Allerdings hat Plutarch gut 400 Jahre nach Demosthenes gelebt, weswegen wir offen lassen wollen, ob seine Aussage der Wahrheit entspricht oder nur ein Gerücht ist. Doch selbst wenn Letzteres zutrifft, zeigt das Beispiel sehr schön, dass man sich durch einen Mangel nicht unbedingt entmutigen lassen muss, sondern im Gegenteil durch ihn Energien freigesetzt werden können.

² Adler, Alfred 1977: Studie über Minderwertigkeit von Organen. Frankfurt am Main: Fischer (Orig.: 1907).

³ »Ein Naevus flammeus (Feuermal) zählt zu den gutartigen, angeborenen Gefäßfehlbildungen. Bei der Geburt erscheint er meist als hell- bis dunkelroter Fleck unterschiedlicher Größe im Bereich des Kopfes, der Arme oder der Beine, seltener im Bereich des Oberkörpers. Mit zunehmendem Alter vergrößert sich ein Feuermal nur proportional zum Größenwachstum, nimmt aber an Farbintensität (von hellrot nach dunkelblau) deutlich zu« (<<http://www.onmeda.de/krankheiten/feuermal.html>> [24.03.2006]).

⁴ <<http://www.demosthenes-institut.de/index.php?module=ContentExpress&func=display&ceid=6&meid=-1>> (24.03.2006).

Und das ist der Kerngedanke der Individualpsychologie als einer tiefenpsychologischen Theorie: Am Beginn des menschlichen Lebens steht ein Gefühl tief sitzender Minderwertigkeit, das zum Antrieb für Entwicklung wird. Adler schreibt:

»Bedenkt man, dass eigentlich jedes Kind dem Leben gegenüber minderwertig ist und ohne ein erhebliches Maß von Gemeinschaftsgefühl der ihm nahe stehenden Menschen gar nicht bestehen könnte, fasst man die Kleinheit und Unbeholfenheit des Kindes ins Auge, die so lange anhält und ihm den Eindruck vermittelt, dem Leben nur schwer gewachsen zu sein, dann muss man annehmen, dass am Beginn jedes seelischen Lebens ein mehr oder weniger tiefes *Minderwertigkeitsgefühl* steht. Dies ist die treibende Kraft, von dem alle Bestrebungen des Kindes ausgehen und sich entwickeln, sich ein Ziel zu setzen, von dem es alle Beruhigung und Sicherstellung seines Lebens für die Zukunft erwartet, und einen Weg einzuschlagen, der ihm zur Erreichung dieses Zieles geeignet erscheint«.⁵

Nun kann man der Individualpsychologie vorwerfen, dass sie im Wesentlichen eine Theorie des Mangels und weniger an den positiven Ressourcen interessiert sei. Das stimmt auch bis zu einem gewissen Grad, und in dieser Hinsicht ähnelt sie der psychoanalytischen Triebtheorie. In einem berühmten Sinnbild setzt Freud nämlich das Es und das Ich mit Ross und Reiter in Verbindung und fügt hinzu, dass sich »allzu häufig der nicht ideale Fall [ereignet], dass der Reiter das Ross dahin führen muss, wohin es selbst gehen will«.⁶ Der Mensch wird demnach als ein Wesen betrachtet, das zu einem großen Teil durch Defizite charakterisiert ist: Bei Freud ist es Ich-Schwäche, bei Adler das Minderwertigkeitsgefühl. Das ist ein anderes Menschenbild, als es etwa humanistische Psychologen, Systemiker oder Verhaltenstherapeuten vermitteln, die allzumal weitaus optimistischer gestimmt sind. Aber es ist ein Menschenbild, das sich im Großen und Ganzen in die geistigen Strömungen der europäischen Moderne einfügt, wie es Bildende Kunst, Dichtung und Philosophie vermitteln: Das Entwicklungspotential des Individuums und der Gesellschaft wird mit einer gewissen Skepsis betrachtet, und wenn man einen Blick hinter die Kulissen wirft, gerät man alsbald in Bereiche, wo die Seele trüb wird und die tragischen Dimensionen der Existenz hervortreten. Selbst Immanuel Kant, der bedeutendste Repräsentant der Aufklärung, also einer philosophischen Richtung, die vom Fortschrittsdenken geprägt war, meinte einmal: »Aus so krummem Holze, als woraus der Mensch gemacht ist, kann nichts ganz Gerades gezimmert werden«.⁷

Das ist, um noch einmal auf den Anfang zurückzukommen, bei Richard dem Dritten ganz offensichtlich so, und das im wörtlichen wie übertragenen Sinn.

⁵ Adler, Alfred 1966: Menschenkenntnis. Frankfurt am Main: Fischer (Orig.: 1927), S. 71f.

⁶ Freud, Sigmund 1969: Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. In: Studienausgabe, Bd. 1. Frankfurt am Main: S. Fischer (Orig. 1933), S. 448–608, hier S. 514.

⁷ Idee zu einer allgemeinen Geschichte in weltbürgerlicher Absicht. In Berlinische Monatsschrift, November 1784, S. 385–411, hier sechster Satz. Im Internet z.B. im *Projekt Gutenberg* unter <<http://gutenberg.spiegel.de/kant/absicht/absicht.htm>> (29.03.2006).

Denn er spricht davon, dass er »von der Natur um Bildung falsch betrogen« sei und die Zeit nicht anders zu vertreiben wisse, als seine »eigne Missgestalt [zu] erörtern«. Weil ihn niemand liebe und ihm die Zeit verkürzen helfe, sei er »ge- willt, ein Bösewicht zu werden«. Adler nennt das Überkompensation. Wenn nämlich das Minderwertigkeitsgefühl besonders drückend sei, bestehe die Gefahr, dass das Streben nach Macht und Überlegenheit überspitzt und ins Krankhafte gesteigert werde. »Hierher«, schreibt Adler, »gehören vor allem Eitelkeit, Hochmut und ein Streben nach Überwältigung des Anderen um jeden Preis«.⁸ Bei Richard dem Dritten ist das allenthalben und in besonders eklatanter Weise der Fall, weil er, um den Königsthron zu besteigen, nicht einmal davor zurückschreckt, andere Menschen zu töten. – König Richard war ein politischer Herrscher, und wir könnten uns nun ohne weiteres einen Ausflug in die Politik des 20. Jahrhunderts gestatten, indem wir auf den eklatanten Missbrauch der politischen Macht durch Despoten hinweisen und dabei an Hitler, Mussolini oder Stalin erinnern. Wir würden wahrscheinlich auf ähnliche Psychogramme stoßen, wie sie Shakespeare am Beispiel des englischen Königs entworfen hat. Aber ich möchte mir das verkneifen, denn wir sind mittlerweile in eine gewisse Einseitigkeit abgeglitten und haben ein reichlich trübes Bild vom Menschen entworfen, mit dem wir der Individualpsychologie – um die es heute Abend ja geht – nur zum Teil gerecht werden.

Das politische Europa des 20. Jahrhunderts wurde nicht allein von Diktatoren beherrscht, denn großteils sind es parlamentarische Demokratien, die vor allem nach dem Zweiten Weltkrieg institutionalisiert wurden. Diese fußen in ideengeschichtlicher Hinsicht auf den Prinzipien der Aufklärungsphilosophie, und in eben dieser Aufklärung stehen, zumindest mit einem Bein, auch die tiefenpsychologischen Schulen. *Aufklärung* heißt auf Französisch *lumière*, und das bedeutet gleichzeitig *Licht*. Es ist kein Zufall, dass kurz nach der Französischen Revolution die Straßenbeleuchtung in den Großstädten Einzug gehalten hat, so kurios das nun auch klingen mag. Der Mensch ist dadurch von den Einflüssen der Natur weniger abhängig, denn er kann in der Nacht besser sehen, und in entsprechender Weise ist es das Anliegen der Tiefenpsychologie, ein wenig Licht in die Nachtseite der menschlichen Existenz zu bringen. »Wo Es war, soll Ich werden. Es ist Kulturarbeit wie die Trockenlegung der Zuydersee«, schreibt Freud.⁹ Wo zuvor das Meer des Unbewussten dominierte, soll Kulturland entstehen, und dort ist es auch lichter als im trüben Wasser.

Eine analytische Therapie zu machen, bedeutet demzufolge auch, aufgeklärter zu werden, mehr Klarheit zu bekommen in Bezug auf die eigentlichen Motive des Handelns und weniger in neurotische Fehlhaltungen verstrickt zu sein. Was kausalanalytisch betrachtet bei Freud die Libido ist, ist bei Adler das Minderwertigkeitsgefühl. Sie sind die grundlegenden Antriebskräfte menschlichen Tuns, sind großteils unbewusst und sind von klein auf vorhanden. Daher gehört

⁸ Adler 1966, S. 77.

⁹ Freud 1969, S. 516.

nicht nur Freud, sondern auch Adler zu den Gründergestalten der Tiefenpsychologie.

Warum steht aus Sicht der Individualpsychologie am Beginn jedes Lebens ein mehr oder weniger tiefes Minderwertigkeitsgefühl? Es resultiert zum einen aus dem Gefühl der Hilflosigkeit, zum anderen aus dem des Schwächer-Seins gegenüber den Mitmenschen und zum dritten aus der Abhängigkeit ihnen gegenüber.¹⁰ Da dieses Gefühl auf Dauer kaum zu ertragen ist, setzt der Vorgang der Kompensation ein, nämlich der Kompensation des Minderwertigkeitsgefühls durch ein Streben nach Sicherheit, Beruhigung, Geltung und Gleichwertigkeit. Das ist ein normales Phänomen und hat nichts mit pathologischer Entgleisung zu tun. Pathologisch ist, wie bereits erwähnt, die Überkompensation, welche dann auftritt, wenn das Minderwertigkeitsgefühl als besonders drückend empfunden wird. Das ist unter anderem dann der Fall, wenn man Kindern nichts zutraut bzw. sie nicht ernst nimmt und immer wieder auslacht oder wenn man ihnen zu verstehen gibt, sie wären eigentlich ein Niemand.

Interessanterweise haben die prägenden Begriffe der Individualpsychologie Eingang in den allgemeinen Sprachgebrauch gefunden. *Jemand müsse etwas kompensieren* oder *habe wohl Minderwertigkeitskomplexe*, heißt es umgangssprachlich, wenn die betreffende Person durch überbetontes Gehabe auffällt. Auch im Bildwitz werden diese Phänomene immer wieder abgehandelt. Der Erzählforscher Lutz Röhrich hat einen Aufsatz mit dem Titel *Couch-Cartoons. Bildwitz und Wortwitz zum Thema Psychoanalyse* geschrieben.¹¹ Darin finden sich auch mehrere Cartoons, die unser Thema betreffen, zum Beispiel ein besonders kleiner Mann auf einer großen Couch, der dem Analytiker gesteht, dass er sich »irgendwie mickrig« fühle.¹² Ebenso finden wir eine reichlich brutale Variante dieses Problembereiches abgebildet, nämlich einen Analytiker, der zu seinem Patienten sagt: »Ich kann bei Ihnen keinen Komplex finden... Sie sind minderwertig!«¹³ – Es ist nicht selbstverständlich, dass Termini aus der Wissenschaftssprache Eingang in die alltägliche Kommunikation finden. Das geschieht in der Regel dann, wenn sie im Menschen etwas Grundlegendes ansprechen, das ihn berührt, denn Rezeption ist kein passiver, sondern ein aktiver Vorgang.

Dass die individualpsychologische Entwicklungs- und Persönlichkeitstheorie Fundamentales anspricht, mögen ein paar Beispiele illustrieren. In der Stressforschung unterscheidet man seit den Arbeiten Hans Selyes zwischen schädlichem und förderndem Stress, zwischen Distress und Eustress. In Langzeitstudien hat man herausgefunden, dass der entscheidende Faktor dabei die Kontrolle über das eigene Tun ist.¹⁴ Je mehr man nämlich anderen in seiner Tätigkeit ausgelie-

¹⁰ Wexberg, Erwin 1987: Individualpsychologie. Eine systematische Darstellung. Mit einer Einführung von Gerd Lehmkuhl. 3. Aufl. Stuttgart: Hirzel (Orig.: 1930), S. 68.

¹¹ Röhrich, Lutz 1999: Couch-Cartoons. Bildwitz und Wortwitz zum Thema Psychoanalyse. In: Schmitt, Christoph (Hg.): Homo narrans. Studien zur populären Erzählkultur. (Festschrift für Siegfried Neumann zum 65. Geburtstag.) Münster u.a.: Waxmann, S. 251–284.

¹² Ebd., S. 255.

¹³ Ebd., S. 256 [eigene Hervorhebung, B.R.].

¹⁴ Possemeyer, Ines 2002: Stress: Segen oder Plage? In: GEO Magazin, Heft 3, sowie <<http://www.geo.de/GEO/mensch/medizin/87.html>> (25.03.2006).

fert ist, desto größer sind Gefühle der Minderwertigkeit bzw. der Distress, während die Gewissheit, die Aufgabe zu bewältigen – das heißt sich sicher zu fühlen –, das Subjekt beflügelt. Ein anderes Beispiel: Vonseiten der Entwicklungspsychologie besteht heute Einigkeit darin, Entwicklung als einen Vorgang zu verstehen, der nicht mit der Adoleszenz endet, sondern lebenslang anhält. Entwicklung bedeutet aber, aus einem als unzulänglich und damit als minderwertig empfundenen Zustand in einen akzeptableren zu gelangen, in welchem man mehr gilt und mächtiger ist. Das heißt, Gefühle der Unzulänglichkeit begleiten uns ein Leben lang, auch wenn uns das in der Regel nicht bewusst ist. Adler schreibt in dem Zusammenhang: »Menschsein heißt, ein Minderwertigkeitsgefühl zu besitzen, das ständig nach seiner Überwindung drängt.«¹⁵

Diese Sicht lässt sich auch anthropologisch untermauern. Der Philosoph Arnold Gehlen (1904–1976) bezeichnet den Menschen als ein Mängelwesen, weil er auf Grund seiner mangelhaften Ausstattung mit Organen und Instinkten ständig bedroht sei. Dem müsse er sich handelnd entgegenstellen, denn er sei von Natur aus auch ein Kulturwesen, das zwar triebabhängig, aber instinktreduziert sei. Er tue das, indem er Institutionen des Zusammenlebens schaffe, aber auch Kulturleistungen wie Sprache, Wissenschaft oder Kunst.¹⁶ Was für Institutionen und Kulturleistungen gilt, gilt auch für das Individuum: Die Identität des Menschen ist ein soziokulturelles Produkt und hat daher nicht die Festigkeit biologischer Strukturen. Die »Identität« eines Tieres manifestiert sich in Trieben und Instinkten, während der Mensch seine Weltoffenheit mit Unsicherheit zu bezahlen hat. Da ein System um so anfälliger ist, je vielschichtiger es ist, ist der Mensch als das komplexeste System der Evolution auch besonders labil.¹⁷

Ein weiterer Aspekt, der die strukturelle Labilität des Menschen zumindest in den westlichen Staaten verschärft, sind die soziokulturellen Veränderungen im Gefolge der Neuzeit. Vor 500 Jahren war nämlich nicht nur die Welt eine ganz andere als heute, sondern auch der Mensch. Er definierte sich vorwiegend über kollektive Instanzen, weniger durch den Entwurf eines individuellen Lebensweges. Er war eingebettet in eine strenge soziale Hierarchie, die nicht überschritten werden konnte. Ein Bauer blieb ein Bauer zeit seines Lebens, und er wäre auch gar nicht auf die Idee gekommen, etwas anderes werden zu wollen. Entsprechendes galt für die Handwerker, deren Leben streng durch die Zünfte geregelt war. Die hierarchische Gliederung der Gesellschaft wurde als etwas von Gott Gewolltes angesehen, sodass der Wunsch nach Aus- oder Aufstieg als Sünde interpretiert worden wäre, als teuflischer Akt wider die göttliche Ordnung. Schenkt man den Worten des Kulturhistorikers Jakob Burckhardt Glauben, so »erschieden Welt und Geschichte wundersam gefärbt, der Mensch aber erkannte sich nur als Rasse, Volk, Partei, Korporation, Familie oder sonst in irgendeiner

¹⁵ Adler, Alfred 1973: Der Sinn des Lebens. Frankfurt am Main: Fischer (Orig.: 1933), S. 55.

¹⁶ Gehlen, Arnold 1997: Der Mensch. Seine Natur und seine Stellung in der Welt. 13. Aufl. Wiesbaden: Quelle und Meyer (UTB, Bd. 1995).

¹⁷ Rieken, Bernd 1996: »Fiktion« bei Vaihinger und Adler. Plädoyer für ein wenig beachtetes Konzept. In: Zeitschrift für Individualpsychologie, 21, Heft 4, S. 280–291, hier S. 285f.

Form des Allgemeinen«.¹⁸ Das zeigt sich auch daran, dass dem Mittelalter der Gedanke einer individuellen *Entwicklung* weitgehend fremd war. Philippe Ariès weist in seiner *Geschichte der Kindheit* nach, dass es damals nur eine relativ kurze Phase gegeben hat, in der Kinder versorgt werden mussten, um dann recht bald als kleine Erwachsene betrachtet und behandelt zu werden.¹⁹ Kaum konnten sie laufen, mussten sie Arbeiten verrichten; man fand nichts dabei, wenn Kinder beim Geschlechtsverkehr zusahen, und sie wurden auch, wenn sie etwas Schlimmes angestellt hatten, gleich einem Erwachsenen angeklagt und vor Gericht gestellt.

Dass der Mensch sich in einem stärkeren Ausmaß individuell und weniger über kollektive Identifikationsmuster definiert, ist demnach nicht selbstverständlich, sondern ein Phänomen, das sich vorwiegend auf Europa und dort auf die Neuzeit bzw. Gegenwart beschränkt. Daher sind auch die analytischen Psychotherapien Behandlungsformen, die in erster Linie an diesen Menschentypus angepasst sind, indem sie sich vorwiegend mit dem individuellen Material des Patienten befassen, weniger aber mit soziokulturellen Aspekten; doch das sei nur am Rande erwähnt. Worauf ich eigentlich hinausmöchte, ist nämlich, dass ein individueller Lebensentwurf ein höheres Risikopotential beinhaltet als einer, der sich primär an kollektiven Ordnungsschemata orientiert. Wenn es früher üblich war, den gleichen Beruf auszuüben wie sämtliche Vorfahren, gab es keinerlei Entscheidungsprobleme. Entsprechendes gilt für private Beziehungen: Die Frage, ob man den momentanen Lebensabschnittspartner irgendwann einmal heiraten möchte, hat sich früher gar nicht gestellt, denn die Partnerwahl oblag den Eltern, und selbst wenn das nicht der Fall war, war die Auswahl nicht allzu groß, weil man nur innerhalb der dörflichen Gesellschaft bzw. der eigenen städtischen Sozialschicht die Braut oder den Bräutigam suchen konnte. Auch über die geistige Orientierung brauchte man sich nicht allzu viele Gedanken zu machen, weil es eine verbindliche Religion für alle gab, die das Sinnbedürfnis befriedigte und nicht weiter infrage gestellt wurde. All das wäre heute unvorstellbar, weil sich die Verhältnisse grundlegend gewandelt haben. Aber jede Innovation hat ihre Folgekosten, was bedeutet, dass nun höhere Anforderungen an den Einzelnen gestellt werden, weswegen individuelle Gefühle der Unsicherheit und Minderwertigkeit in einem stärkeren Ausmaß hervortreten.

Umso wichtiger ist die Kompensationsleistung durch das Streben nach Sicherheit, nach Gleichwertigkeit und nach Erhöhung des Persönlichkeitsgefühls. »Dabei gelangt«, schreibt Adler, »der fiktive Endzweck zu ungeheurem Einfluss und zieht alle psychischen Kräfte in seine Richtung«.²⁰ Auf den ersten Blick ist das ein schlichter Satz, aber dahinter verbirgt sich gewaltiger Sprengstoff, und das in zweifacher Hinsicht. Zum einen markiert er den Bruch mit Freud, zum

¹⁸ Burckhardt, Jakob 1976: Die Kultur der Renaissance in Italien. Stuttgart: Kröner 1976, S. 123.

¹⁹ Ariès, Philippe 1985: Geschichte der Kindheit. 7. Aufl. München: dtv.

²⁰ Adler, Alfred 1997: Über den nervösen Charakter. Grundzüge einer vergleichenden Individualpsychologie und Psychotherapie. Kommentierte textkritische Ausgabe. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht (Orig.: 1912), S. 81.

anderen relativiert er das neuzeitliche Kausalitätsverständnis. »Psychoanalytische Therapie mit dem Ziel, Konflikte aufzudecken und durcharbeiten, ist eine *kausale* Therapie«, meint Thea Bauriedl, und das bedeute, »dass sie nicht primär an der Behandlung eines Symptoms ansetzt, sondern die diesem Symptom zu Grunde liegende Konfliktsituation [...] zu Tage fördert und wieder erlebbar werden lässt«. ²¹ Die Individualpsychologie setzt ebenfalls nicht primär an der Behandlung eines Symptoms an, und sie ist ebenfalls kausalanalytisch orientiert, aber sie ist es nicht nur. Sie richtet den Blick auch in die Gegenrichtung, das heißt nicht allein in die Vergangenheit, sondern auch in die Zukunft. Kausalität bedeutet in der europäischen Neuzeit, den Blick in die Vergangenheit zu lenken und eine Antwort zu finden auf die Frage nach dem »Woher«. Das ist aber, philosophie- und wissenschaftsgeschichtlich betrachtet, eine Verengung des Blickwinkels, denn in der klassischen Ursachenlehre, die auf Aristoteles zurückgeht, wird differenzierter vorgegangen. Unter anderem unterscheidet Aristoteles zwischen der *Bewegursache* und der *Ziel- oder Zweckursache*, die auch als finale Ursache bezeichnet wird. *Bewegursache* ist die klassische Kausalität im neuzeitlichen Sinn, und sie gibt Auskunft über »dasjenige, von dem aus die Veränderung oder die Ruhe ihren ersten Anfang nimmt«, um Aristoteles zu zitieren. ²² Der Zielursache wird demgegenüber in der antiken und mittelalterlichen Wissenschaftsauffassung ein höherer Stellenwert eingeräumt, weil sie, wie es der Philosoph Gregor Schiemann in einem Vortrag formuliert hat, »am Vorbild des menschlichen Handelns orientiert [ist]. Der Mensch vermag sich Zwecke zu setzen und zu handeln, um diese Zwecke zu erreichen. Sein Handeln wird oftmals erst verstehbar, wenn man um das Ziel weiß, das mit dem erstrebten Endzustand einer Handlung gegeben ist«. ²³

In der Neuzeit hat die Zielursache jedoch an Boden verloren, weil man durch sie unter Umständen in den Bereich metaphysischer Spekulationen gerät. So ist es nach wissenschaftlichem Verständnis nicht sinnvoll zu fragen, zu welchem Zweck ein Flugzeug abgestürzt ist, sondern nur, warum das geschehen ist. Im Bereich des menschlichen Denkens und Handelns ist die Frage nach dem Wozu hingegen von großer Bedeutung, und sie ist von Alfred Adler auch deswegen wieder aufgegriffen worden, um sich von Freud abzugrenzen, dessen Kausalitätsbegriff, im Einklang mit den Standards der damaligen Medizin, am Ideal der klassischen Naturwissenschaft orientiert ist: Möchte man das Verhalten eines Menschen verstehen, so muss man aus psychoanalytischer Perspektive in seine Kindheit zurückgehen und dort nach den Ursachen fahnden. Mit den Worten des Dichters Heimito von Doderer: »Jeder bekommt seine Kindheit über den Kopf gestülpt wie einen Eimer. Später erst zeigt sich, was darin war. Aber ein ganzes

²¹ Bauriedl, Thea 1999: Auch ohne Couch. Psychoanalyse als Beziehungstheorie und ihre Anwendungen. 3. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta, S. 57.

²² Aristoteles 1999: Metaphysik. 2. Aufl. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt (rowohlts enzyklopädie, Bd. 55544), V, 2 1c.

²³ Schiemann, Gregor 1998: Ohne Telos und Verstand. Grenzen des naturwissenschaftlichen Kausalitätsverständnisses. Vortrag am 20. Weltkongress für Philosophie, Boston (Massachusetts), 10.08.-15.08.1998. <<http://www.bu.edu/wcp/Papers/Scie/ScieSchi.htm>> (11.10.2003).

Leben lang rinnt das an uns herunter, da mag einer die Kleider oder auch Kostüme wechseln, wie er will«.²⁴

Das ist im Kern auch die Auffassung Adlers, wenn er schreibt, dass »am Beginn jedes seelischen Lebens ein mehr oder weniger tiefes *Minderwertigkeitsgefühl* steht«, doch fügt er gleichzeitig hinzu, dass dieses die »treibende Kraft« sei, um sich ein Ziel zu setzen. Adler richtet zwar das Augenmerk auf die Zielursache, aber er verfällt nicht der Einseitigkeit, die Bewegursache für wirkungslos zu erklären; beide Aspekte zu beachten ist sinnvoll. Mitunter handelt es sich zwar – insbesondere in der alltäglichen Kommunikation – um nicht mehr als eine Wortklauberei, da es auf das gleiche hinausläuft, wenn man sagt, man besuche eine Schule, *weil* man etwas lernen will, oder *um* etwas zu lernen. Doch oftmals eröffnen sich neue Perspektiven bei der Frage nach dem Wozu. Ein Beispiel: Der Torhüter der deutschen Nationalmannschaft, Oliver Kahn, hat alle Schuld für die 2:0-Niederlage gegen Brasilien im Endspiel der Fußball-Weltmeisterschaft 2002 auf sich genommen, als er in einem Interview mit der Zeitschrift *kicker* meinte: »Da gibt es keinen Trost. Ich selbst muss mit diesem Fehler leben. Dadurch ist alles nichts«.²⁵ An der Oberfläche zeugt das für Großherzigkeit und Einsichtsvermögen – er sagt das, *weil* er, kausalanalytisch betrachtet, selbstkritisch ist, doch im finalen Sinn kann man sich genauso fragen, was er dadurch erreicht, welches Ziel er unbewusst verfolgt: mit Sicherheit Bewunderung ob seiner Kritikfähigkeit, doch wenn man nach dem tieferen Nutzen fragt, wird man aus individualpsychologischer Sicht auf das Machtpotential hinweisen, dass er sich implizit zuschreibt – denn Schuld sein heißt Ursache sein, und Ursache sein heißt: mächtig sein.²⁶

Es ist allgemein bekannt, dass man in analytischen Therapien immer wieder an einen Punkt gelangt, an dem der Patient oder die Patientin Vorbehalte und Widerstände gegenüber möglichen positiven Wandlungen entwickelt. Auf den ersten Blick erscheint das paradox, weil es das Anliegen psychisch Leidender ist, sich verändern zu wollen; anderenfalls würden sie sich nicht der Mühe einer langwierigen Therapie unterziehen. Wenn man jedoch genauer hinschaut, ergeben die Vorbehalte und Widerstände einen Sinn, der unter anderem dann verständlich wird, wenn man nach der Zielursache fragt. Dazu einige Beispiele: Ein Patient mit depressiver Störung auf neurotischem Niveau wird im Laufe der Therapie aktiver und thematisiert die damit verbundenen Irritationen. Er bemerkt, dass die Depression auch eine Art Ruhebett sei, während die zunehmende Aktivität ihn belaste. Er huldigt nämlich perfektionistischen Ansprüchen, die Adler unter dem Begriff Alles-oder-nichts-Prinzip subsumiert.²⁷ Perfektion ge-

²⁴ Doderer, Heimito von 1986: Ein Mord, den jeder begeht. Roman. 5. Aufl. München: dtv, S. 5

²⁵ Kahn, Oliver 2002: »Wir sind da, wo wir hingehören« (Interview vom 30.06.2002). In: *kicker-online* (Archiv).

²⁶ Dieser Absatz wurde weitgehend wörtlich übernommen aus: Rieken, Bernd 2004: Die Individualpsychologie Alfred Adlers und ihre Bedeutung für die Erzählforschung. In: *Fabula. Zeitschrift für Erzählforschung*, Bd. 45, Heft 1, S. 1–32, hier S. 20f.

²⁷ Titze, Michael 1995: Alles-oder-Nichts-Prinzip. In: Brunner, Reinhard, Michael Titze (Hg.) 1995: Wörterbuch der Individualpsychologie. 2. Aufl. München, Basel: Reinhardt., S. 24.

nießt in unserer Kultur zwar einen hohen Stellenwert, aber sie überfordert das Individuum und führt in der Regel dazu, dass man etwas nicht zu Ende bringt oder gar nicht erst beginnt, das heißt man möchte *alles* und hat am Ende *nichts*. Jedenfalls äußerte mein Patient die Befürchtung, dass er sich mit zunehmender Aktivität völlig verausgaben würde, weil er seinen perfektionistischen Ansprüchen nicht gerecht zu werden vermöge. Im Sinn der Zielursache können wir daher sagen, dass der Patient mithilfe seiner Depression das Ziel verfolgt, sich nicht zu verausgaben und mit seinen Kräften hauszuhalten. Dieser Aspekt hat auch einen therapeutischen Effekt, weil einem bewusst wird, dass man nicht nur ein passiv Leidender und in seinem Verhalten determiniert ist, sondern auch aktiv dazu beiträgt, indem man unbewusst ein bestimmtes Ziel verfolgt. Das bedeutet nun allerdings nicht die Infragestellung psychoanalytischer Vorgehensweisen im Sinne kausalanalytischen Denkens. Der Depression liegt in diesem Fall nämlich ein Konflikt zu Grunde, welcher mit einer hoch ambivalenten Mutterbeziehung zu tun hat. Daraus resultierte eine private, aber auch berufliche Bindungsangst, die in Konflikt geriet mit dem Bedürfnis nach stabilen Verhältnissen. Auch das ist dem Patienten bewusst zu machen, und ich sehe überhaupt keinen Widerspruch zwischen analytischer und finaler Vorgehensweise, sondern halte dies, ganz im Sinne des aristotelischen Ursachebegriffes für ein legitimes Vorgehen, das die Einseitigkeit des neuzeitlichen Kausalitätsbegriffs korrigiert. – Das tut die Psychoanalyse übrigens seit Anbeginn in einer anderen Hinsicht, nämlich im Bereich der so genannten Technik. Die schlichte Frage, was einem denn *spontan* zu diesem oder jenem Gedanken oder Gefühl einfallt, beruht nämlich nicht primär auf dem kausalen Ursache-Wirkung-Muster, denn es geht dabei nicht um angestregtes Nachdenken, sondern um Einfälle, die ohne viel Dazutun auftauchen. Dies Art des »Denkens« entspricht einem Rationalitätstypus, der in unserem westlichen Wissenschaftsbetrieb vollkommen an den Rand gedrängt ist, nämlich dem analogischen Rationalitätstypus²⁸ oder, einfacher verständlich formuliert, dem Ähnlichkeitsdenken, das in der antiken und mittelalterlichen Wissenschaft, etwa der Humoralmedizin, oder auch heute noch in der Homöopathie eine große Rolle gespielt hat bzw. spielt.

Doch kommen wir wieder zur Finalursache zurück, zu dem ich Ihnen noch ein weiteres Beispiel geben möchte. Ein Patient mit einer sehr schweren Grundstörung, genauer einer emotional instabilen Persönlichkeitsstörung vom impulsiven Typus, besuchte das Abendgymnasium und hatte in den ersten Jahren der Analyse immer wieder Probleme mit seinem Schulerfolg. Als wieder einmal das Semesterzeugnis bevorstand und weniger gut ausfiel als erwartet, beklagte er sich über seine nur mittelmäßigen Leistungen. Auf meine Frage, was geschehen würde, hätte er ein sehr gutes Zeugnis nach Hause gebracht, fiel ihm spontan ein, dass er möglicherweise in einen euphorischen Zustand geraten und sich nar-

²⁸ Gloy, Karen 2001: Vernunft und das Andere der Vernunft. Freiburg, München: Alber, S. 207–276. Vgl. auch Gloy, Karen 2000: Das Analogiedenken unter besonderer Berücksichtigung der Psychoanalyse Freuds. In: Gloy, Karen., Manuel Bachmann (Hg.): Das Analogiedenken. Vorstöße in ein neues Gebiet der Rationalitätstheorie. Freiburg, München: Alber, S. 256–297.

zisistisch aufblähen würde. Das sei aber in Anbetracht seines Vorlebens die weit- aus schlechtere Alternative; dann nehme er lieber mittelmäßige Noten inkauf. – Ein bestimmtes Verhalten, so abwegig es auch scheinen mag, dient immer auch dem eigenen Schutz; Adler nennt das Sicherungstendenz oder Streben nach Sicherheit,²⁹ das man als Kompensationsleistung zu verstehen hat. Mit anderen Worten: Der Patient arbeitet, im finalen Sinn, unbewusst daran, nicht so gute Schulleistungen zu erbringen, wie er könnte, um sich selber vor Fehlritten zu schützen.

Abschließend möchte ich einen weiteren Aspekt der individualpsychologischen Theorie zumindest noch kurz streifen, den Adler in seinem Hauptwerk *Über den nervösen Charakter* entwickelt hat. Vom Alles-oder-nichts-Prinzip war bereits die Rede. Der Perfektionist strebt, genauso wie der neurotische Mensch, danach, irrealer Ziele zu erreichen. Das ist ein Unterscheidungsmerkmal gegenüber der so genannten psychischen Normalität. Der »Gesunde« peilt Ziele an, die im Bereich des Menschenmöglichen sind. Mitunter frage ich jene Patienten, welche nach Perfektion streben, was denn besser sei: etwas oder nichts zu erreichen. Das Nichts ist die logische Folge des Alles, während das Etwas ein humanes Maß bedeutet und berücksichtigt, dass der Mensch ein Mängelwesen ist. Adler hat einmal gesagt, dass die kürzeste Definition der Neurose »Ja, aber...« sei.³⁰ *Ich würde ja, ich möchte ja, aber es geht dann doch nicht*, und das hängt mit der Irrealität der Ziele zusammen. Adler bezeichnet Ziele als Fiktionen, und er beruft sich dabei auf die philosophische Habilitationsschrift des Vorkonstruktivisten und Neukantianers Hans Vaihinger, die den schönen Titel *Die Philosophie des Als Ob* trägt. Vaihinger bezeichnet Theorien, Ideen oder Vorstellungen als Fiktionen, und er definiert sie als bewusst gewählte Annahmen, die man macht, um sich in der Welt zu orientieren. Inwieweit das, was wir annehmen, der objektiven Realität entspricht, wissen wir nicht, aber wir benötigen, um handlungsfähig zu werden, eine Orientierung. Daher *tun wir so, als ob* die Realität erfassbar wäre. Im Handeln sehen wir dann, inwieweit unsere theoretischen Vorstellungen realisierbar sind oder nicht. Die Aufgabe der Erkenntnistheorie könne daher keine präzise Abbildung der Realität sein. Vielmehr entscheide über ihren Nutzen die praktische Brauchbarkeit.³¹ Sie sei ein Instrument, um sich leichter in der Wirklichkeit zu orientieren.³² Eines der einleuchtendsten Beispiele für Fiktionen ist die Einteilung des Erdballs in Meridiane. Jeder weiß, daß es in Wirklichkeit keine Längen- und Breitengrade gibt, aber wenn wir so tun, als ob sie existieren, können wir uns auf dem Globus gut orientieren. Ein weiteres Beispiel stammt aus der Statistik, die mit dem Begriff des normalen Durchschnittsmenschen operiert. Er ist eine Fiktion, kein einziger realer Mensch

²⁹ Antoch, Robert F. 1995: Sicherungstendenz/Streben nach Sicherheit. In: Brunner, Reinhard, Michael Titzte (Hg.) 1995: Wörterbuch der Individualpsychologie. 2. Aufl. München, Basel: Reinhardt., S. 457ff.

³⁰ Adler, Alfred 1928: Witwenverbrennung und Witwenneurose. In: Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie 6, S. 23-26, hier S. 24.

³¹ Vaihinger, Hans 1911: Die Philosophie des Als Ob. System der theoretischen, praktischen und religiösen Fiktionen auf Grund eines idealistischen Positivismus. Berlin: Reuther und Reichard, S. 5.

³² Ebd., S. 22.

gleich ihm zur Gänze, aber als Orientierung ist er sinnvoll, und man kann auf der Grundlage einer solchen Hilfskonstruktion viele Berechnungen durchführen. – Generell kann man sagen, dass Wissenschaft reduktionistisch, das heißt fiktionalistisch ist und immer nur Ausschnitte aus der Realität wiedergibt. Das gilt für das Naturbild der klassischen Physik genauso wie für das Menschenbild der Schulmedizin, der Tiefenpsychologie oder des Behaviorismus. Inwieweit es zutrifft, darüber entscheidet die Brauchbarkeit.

Adler hat nun den Fiktionalismus Vaihingers auf die Psychologie angewendet³³ und unterscheidet zwischen brauchbaren Fiktionen, die der psychisch Gesunde anwendet, und nicht brauchbaren, die auf irrationalen, weil perfektionistischen oder dualistischen Vorstellungen beruhen. Für wesentlich halte ich, dass in beiden Fällen das So-tun-als-Ob eine Rolle spielt, mithin auch der psychische Gesunde mit Zielen zu tun hat, die bis zu einem gewissen Grad irrational sind. Die Botschaft lautet daher: Der Mensch als Mängelwesen, das von klein auf von Minderwertigkeitsgefühlen begleitet wird, wird seine Ziele in der Regel nie zur Gänze realisieren können. Er braucht sie aber, um sich zu orientieren, ähnlich wie man früher in der Hochseeschiffahrt den Polarstern anpeilte als Orientierung: Er blieb in einiger Entfernung, aber man kam ihm näher. Das ist nicht alles, und es ist beileibe nicht perfekt, aber es ist immer noch besser, als ins neurotische »Ja, aber« verstrickt zu sein und sich mit Lebenslügen täuschen zu müssen.

³³ Vgl. Rattner, Josef 1978: Hans Vaihinger und Alfred Adler. Zur Erkenntnistheorie des normalen und neurotischen Denkens. In: Zeitschrift für Individualpsychologie 3, 40-47; Rieken 1996; Rieken, Bernd 2006: »Die ganze Welt ist eine Bühne«. Kulturgeschichtliche und anthropologische Zugänge zu Adlers Nervösem Charakter. In: Zeitschrift für Individualpsychologie 31, Heft 2, S.