

# Neurotische Abwehrmechanismen

## Eine Skizze

Paul Natterer

2008 [1998]

Die korrekte Einschätzung einer Situation oder Entwicklung als *neurotizistisch* ist stets von großem Vorteil. Für ein angemessenes Verhalten und natürlich für Problemlösungen ist sie von entscheidender Bedeutung. Hierzu folgende Kriterien für die Charakterisierung des Verhaltens einer individuellen Person oder eines sozialen Systems als neurotisch:

(1) „Der Begriff der Neurose. – Was krank macht, was die Neurose von der ‚Normalität‘ abhebt, ist lediglich **das Ausmaß der Störung sowie die Unfähigkeit des Neurosekranken, seine inneren und äußeren Konflikte in irgendeiner Form befriedigend zu lösen**. Seine Problemlösungen sind per definitionem ‚suboptimal‘.“<sup>1</sup>

(2) „Die *neurotische Angst* im Gegensatz zur Realangst ist eine Angst aus einem internalisierten [= verinnerlichten, d.h. seelischen] Konflikt. **Angst ist die Basis jeder Neurose, alle Neurosen sind beschreibbar als fehlgeleitete Versuche des Ichs, Angst, Unlust und Schmerz zu vermeiden.**“<sup>2</sup>

(3) „Die Gesamtheit der Versuche zur Vermeidung von Angst bezeichnen wir als *Abwehr*. – **Von großer Bedeutung ist auch die psychosoziale bzw. interpersonale Abwehr. In eng zusammenlebenden sozialen Verbänden, par excellence in der Familie, kann sich die pathologische Dynamik** [= das Handeln und Reagieren aus Angst zur Abwehr bedrohlicher Fakten und Einflüsse] **mit verschiedenen Rollen auf alle verteilen**. In der Regel übernehmen die Schwächeren den schlechteren Part.“<sup>3</sup>

(4) „Das vordergründige Ziel der Abwehr ist, mit dem Unlust erregenden Impuls, der zum Konflikt führt, fertig zu werden. Das dahinterstehende Ziel ist, den Affekt oder diesen Impuls *unbewußt* zu machen oder zu halten.“<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Hoffmann, S. O. / Hochapfel, G.: Neurosenlehre, Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin, Stuttgart / New York <sup>3</sup>1995, 7. Hervorhebungen hier und in Folge in Halbfett durch mich, PN.

<sup>2</sup> Ebd. 57.

<sup>3</sup> Ebd. 58 Vgl. auch S. 60: „So konnte er [= Richter, H.E.: Eltern, Kind und Neurose. Stuttgart <sup>3</sup>1972] zeigen, wie das Kind von den Eltern, meist der Mutter, als *Substitut* für einen anderen *Partner* (eigene Elternfigur, Gattenersatz) oder als *Substitut* für eigene *Selbstaspekte* (das eigene Abbild, das ideale Selbstbild) in Rollen gezwungen wird, die nur zu oft zu ... ‚Ichverzerrungen‘“ führt.

<sup>4</sup> Ebd. 60.

(5) „Faßt man Verdrängung als einen Oberbegriff für das Unbewußtmachen von psychischen Inhalten und Affekten auf, dann wäre die **Verdrängung im engeren Sinne das Zurückweisen von innen kommender Impulse und die Verleugnung das Zurückweisen von außen kommender Reize**. Verdrängung und Verleugnung ordnen wir zur Gruppe der Abwehrmechanismen. Prinzipiell kann zur Abwehr jegliches Verhalten und Empfinden herangezogen werden. Einige Formen finden sich allerdings mit großer Regelmäßigkeit wieder. Es sind dies Formen, die quasi Automatismen der Abwehr darstellen. Formen die sich offenbar als besonders wirkungsvoll herausgebildet haben: die sogenannten *Abwehrmechanismen*. Sie sind bei jedermann in Gebrauch, **ihr übermäßiger Einsatz jedoch kennzeichnet ihre besondere Rolle im Rahmen der Neurosenpsychologie**.“<sup>5</sup>

(6) „Folgenden Abwehrmechanismen kommt in der Neurosenlehre eine besondere Bedeutung zu:“<sup>6</sup>

**Verdrängung und Verleugnung:** Diese beiden Begriffe waren schon als das Unbewußtmachen von innen kommender Impulse [= z. B. persönlicher Bedürfnisse, biologischer Triebe, Zorn und Aggression] und von außen kommender Reize [= unbequeme und unliebsame Beobachtungen, Erfahrungen, Fakten und Probleme] bestimmt worden.

**Projektion:** Der Unlust erregende Impuls wird in die Außenwelt verlagert, als am anderen, nicht im Selbst entstandener erlebt. In der einfachsten Form handelt es sich um Zuschreibung eigener Triebregungen an den anderen. ‚Nicht ich bin zu dir aggressiv, sondern du bedrohst mich ständig mit deiner Wut.‘

**Reaktionsbildung:** Der Unlust erregende Impuls wird durch sein praktisches Gegenteil ersetzt. Am bekanntesten geworden ist die zur ‚Übergüte‘ umgewandelte Aggressivität.

**Verschiebung:** Der Konflikt machende Impuls, meist die Aggression, wird im sozialen Rahmen von der Person, der sie eigentlich gilt, auf eine weniger bedrohlich erlebte andere verschoben.<sup>7</sup> Ein Beispiel ist der vom Vorgesetzten ungerecht schlecht behandelte und daher wütende Angestellte, der nicht wagt, den Chef direkt auf die Ungerechtigkeit anzusprechen und zu protestieren; welcher aber – stattdessen – seinen Zorn zu Hause, an den Kindern beispielsweise, auslässt.

**„Identifizierung mit dem Aggressor: Um die unerträgliche Angst erträglicher zu gestalten, stellt sich der Bedrohte gleichsam emotional auf die Seite des Angreifers.“**<sup>8</sup> – Das bekannteste Beispiel sind **misshandelte oder missbrauchte Kinder**, die sich auf die Seite der übermächtigen erwachsenen Bezugsperson(en) stellen, weil sie von ihnen abhängig sind, selbst wenn diese sie misshandelt/n oder missbraucht/en. Vorhandenen Zorn und Hass richten die Kinder in diesem Fall in der Regel auf sich selbst: **Autoaggression**, oft verbunden mit starken Schuldgefühlen der Opfer.

Ein anderes Beispiel für diesen Abwehrmechanismus hat mein früherer Kollege für Wissenschaftstheorie (Philosophy of Science) an der Universität Trier, Professor Gerard Radnitzky, in seinen Memoiren (*Das verdammte 20. Jahrhundert*, Hildesheim / Zürich / New York 2006) und öfter ausführlich behandelt: das Verhalten der deutschen

<sup>5</sup> Ebd. 61.

<sup>6</sup> Die folgende Auswahl berücksichtigt nur die handlungstheoretisch besonders einschlägigen Mechanismen.

<sup>7</sup> Ebd. 61–62.

<sup>8</sup> Ebd. 63.

Nachkriegsgesellschaft insbesondere seit der 68er Revolution. Radnitzky, selbst mit tschechisch-schwedischen Hintergrund, war der vielleicht profilierteste und sicher der kompromissloseste Vertreter der Positionen Karl R. Poppers, den ich kenne, und auch persönlich mit Popper befreundet. Für ihn war es als einem „zugereisten Beobachter ... ein interessantes Schauspiel ... zu beobachten“, wie „eine Nation ... versucht, sich selbst auszulöschen“ (2006, 334), in der „die Massenmedien versuchen, einen Selbsthaß zu erzeugen, der in der Geschichte beispiellos ist“ (2006, 317), und in welcher „die Kriegspropaganda der Sieger Eingang in die Schulbücher des besiegten Landes gefunden hat und ... als Staatswahrheiten geglaubt werden“ (2006, 30). Dies hat in Radnitzkys Analyse „eine geschichtslose Generation generiert“, die „in einen Nationalmasochismus umgekippt“ (2006, 318) ist, und in der „die kritische Diskussion ... mit Tabus belegt [ist] der Obskurantismus blüht, ebenso die Feigheit und der Konformismus“ (2006, 325). Er empfand deswegen „gegenüber ... der BRD ... nur Abstand bis Abscheu“ (ebd. 329) und forderte energisch die Aufarbeitung dieses angstneurotischen Abwehrmechanismus auf der Grundlage des popperschen kritischen Rationalismus und Fallibilismus zwecks Wiedergewinns psychischer Reife und Souveränität.

„**Regression:** Vor dem unlustvollen Impuls wird auf eine Wiederbelebung früherer Entwicklungsstufen ausgewichen. Dieser Abwehrmechanismus ist eine Grundbedingung zur Entstehung der neurotischen Dynamik.“<sup>9</sup> Das bedeutet das Zurückfallen auf unreife, kindliche Verhaltensweisen. Ein solcher Mensch „verändert sein Selbsterleben ... auf eine Weise, daß ein für ihn günstigeres Bild von sich selbst entsteht. Günstig ist – wie Mentzos klären konnte – meist die regressive Veränderung des Selbstbildes. Also: Ich bin klein, hilflos, armselig, auf euch angewiesen, unterstützungswürdig usw.“<sup>10</sup>

(7) Von besonderer Bedeutung ist, wie jedem mit der Dynamik von Sozialsystemen aller Art Vertrauten bekannt, die hysterische Neurose. Auch dazu die wichtigsten Charakteristika: „Die Grundpersönlichkeit, auf der die Hysterie und viele Phobien sich aufbauen, ist der sogenannte hysterische Charakter. – Kuiper umreißt die hysterische Persönlichkeit mit den Termini: Infantilität, Egozentrik, Unechtheit und Geltungssucht.“<sup>11</sup>

(8) „**Im Zentrum der hysterischen Dynamik stehen unbewußte Vorstellungen und Phantasien. – Häufig handelt es sich um sexuelle Inhalte.**

(9) **Die Hauptabwehrmechanismen der hysterischen Neurose sind die Verdrängung und Verleugnung. Diese sind insbesondere für die Amnesien und für die Wahrnehmungsstörungen verantwortlich.** Die Verschiebung spielt eine große Rolle, insbesondere im Bereich der Affekte. Auch der Projektion kommt vor allem im Bereich nicht akzeptierbarer Triebimpulse eine besondere Wichtigkeit zu.“<sup>12</sup>

(10) „Dynamisch geht es um den **Versuch der Vermeidung einer unerträglichen Wirklichkeit. Die Realität und die Kontrolle der Realität werden ausgeschaltet. Es wird versucht das Problem mit Nichtwissen zu lösen.** Eine Patientin faßt dies so zusammen: „Dummheit macht glücklich.““<sup>13</sup>

---

<sup>9</sup> Ebd. 63.

<sup>10</sup> Ebd. 196.

<sup>11</sup> Ebd. 192.

<sup>12</sup> Ebd. 194–195.

<sup>13</sup> Ebd. 190.