



30 Projektion und Übertragung

Projektionen sind neurotische Übertragungsphänomene in der Psychoanalyse. In der Psychoanalyse PA nach Sigmund Freud bezeichnet der Begriff Projektion einen Abwehrmechanismus, bei dem eigene unerwünschte Gedanken, Gefühle oder Wünsche auf andere Personen oder Objekte übertragen werden. Dabei werden innere Konflikte auf das Außen verlagert, um sie psychisch besser bewältigen zu können.

Ein prägnantes Zitat dazu lautet: Projektion bedeutet, die eigenen Wünsche im Verhalten anderer wiederzuerkennen.

Der Autor stellt sich die Frage, warum Menschen zur Projektion neigen und welchen Einfluss dies auf zwischenmenschliche Beziehungen hat.

Die Neigung zur Projektion ist ein psychologisches Phänomen, bei dem Menschen unbewusst ihre eigenen Gedanken, Gefühle, Eigenschaften und Motive auf andere Menschen oder Objekte übertragen. Diese Tendenz zur Projektion kann aus mehreren psychologischen Mechanismen resultieren:

1. Unbewusste Abwehrmechanismen: Projektion kann als eine Art Abwehrmechanismus fungieren, um unangenehme oder unakzeptable Eigenschaften oder Gedanken, die das Selbstbild bedrohen, auf andere zu übertragen. Auf diese Weise können Menschen ihre eigenen inneren Konflikte vermeiden oder verdrängen.
2. Selbstschutz: Projektion ermöglicht es Menschen, sich von ihren eigenen Schwächen, Unsicherheiten und Ängsten zu distanzieren, indem sie diese auf andere projizieren. Dies kann dazu dienen, das Selbstwertgefühl zu schützen und eine positive Selbstwahrnehmung aufrechtzuerhalten.
3. Identifikation und Verbindung: Projektion kann auch eine Möglichkeit sein, sich mit anderen zu identifizieren oder eine gemeinsame Basis für Kommunikation und Interaktion zu schaffen.

Indem man anderen ähnliche Gedanken oder Gefühle zuschreibt, wird eine Verbindung hergestellt.

Die Auswirkungen der Projektion auf zwischenmenschliche Beziehungen

1. Missverständnisse: Projektion kann zu Missverständnissen führen, wenn eine Person Annahmen über die Gedanken und Gefühle einer anderen Person trifft, die nicht unbedingt wahr sind. Dies kann zu Fehlkommunikation und Konflikten führen.

2. Konflikte: Wenn jemand seine eigenen negativen Eigenschaften oder Emotionen auf andere projiziert, kann dies zu Konflikten führen, da die projizierte Person möglicherweise nicht versteht, warum sie plötzlich mit negativen Aspekten konfrontiert wird, die nicht zu ihr gehören.

3. Selbsterkenntnis und persönliches Wachstum: Das Erkennen von Projektionen kann eine Gelegenheit für persönliches Wachstum bieten. Wenn jemand sich bewusst wird, dass er dazu neigt, seine eigenen Gefühle auf andere zu projizieren, kann er beginnen, sich mit seinen eigenen inneren Konflikten und Emotionen auseinanderzusetzen.

4. Empathie und Verständnis: Das Verständnis für die Tendenz zur Projektion kann zu größerer Empathie gegenüber anderen führen. Wenn man erkennt, dass andere möglicherweise aus eigenen Unsicherheiten handeln, kann dies dazu beitragen, Mitgefühl zu entwickeln und Beziehungen zu stärken.

Um die Auswirkungen der Projektion in zwischenmenschlichen Beziehungen zu mildern, ist es wichtig, sich seiner eigenen Gedanken, Gefühle und Motive bewusst zu sein. Offene Kommunikation, Ehrlichkeit und Selbstreflexion können dazu beitragen, Missverständnisse zu vermeiden und eine gesunde Beziehungsdynamik aufrechtzuerhalten (Andrawis A, 2018).

Gemäß den Ausführungen von Andrawis A, (2018) wird die Idee der Projektion im allgemeinen Kontext als Umgangssprache verwendet und beinhaltet eine unbewusste Schuldzuweisung. In der Psychoanalyse hingegen erhält dieser Begriff eine spezifischere Bedeutung und dient anderen Zwecken. Innerhalb der psychoanalytischen Perspektive wird Projektion als eine Form neurotischer Übertragungsphänomene interpretiert. Das Wort "Projektion" trägt in sich Emotionen, die aus inneren psychischen Konflikten resultieren. Die Entstehung von Gefühlen,

Wünschen und Impulsen steht in Konflikt miteinander. Aus diesem Grund stammt der Begriff "Projektion" ursprünglich aus der Neurosenlehre. Menschen übertragen in einem Projektionsprozess unbewusste Emotionen auf andere Individuen. Dieser Prozess wird in die äußere Welt übertragen. Diese neurotischen Übertragungsphänomene manifestieren sich als schädliche und kindische Verhaltensmuster des Unbewussten (Andrawis A, 2018).

Der Begriff "Übertragung" wird in ähnlicher Weise als Synonym verwendet und bezieht sich lediglich auf Erfahrungen aus spezifischen Beziehungen während der Kindheit. Im Verlauf der therapeutischen Prozesse werden diese Projektionen vom Patienten auf den Therapeuten übertragen, sei es während der therapeutischen Sitzungen oder in zwischenmenschlichen Beziehungen. Dies wird insbesondere im Kapitel über Persönlichkeitsstörungen deutlich. Die Projektionen können auch in anderen psychischen Konflikten gefunden werden (ebd.).

Die neurotische Übertragung und Projektionen sind zentrale Konzepte in der Psychoanalyse.

Die neurotische Übertragung bezieht sich auf das Phänomen, bei dem Patienten unbewusste Emotionen, Gefühle und Konflikte aus der Vergangenheit auf den Therapeuten übertragen. Diese Übertragung kann die Art und Weise beeinflussen, wie der Patient die Beziehung zum Therapeuten erlebt und interpretiert. Die neurotische Übertragung bietet dem Therapeuten Einblicke in die inneren Konflikte und emotionalen Muster des Patienten, die oft aus der Kindheit stammen. Durch das Erkennen und Verstehen dieser Übertragungsphänomene können therapeutische Fortschritte erzielt werden, da der Patient neue Einsichten gewinnt und an der Bewältigung seiner inneren Konflikte arbeiten kann.

Projektionen hingegen sind Mechanismen, bei denen Personen unbewusste Gedanken, Gefühle oder Eigenschaften, die sie nicht akzeptieren können, auf andere Menschen oder äußere Objekte übertragen. Das bedeutet, dass jemand bestimmte unangenehme Eigenschaften oder Wünsche in anderen sieht, anstatt sie bei sich selbst anzuerkennen. In der psychoanalytischen Theorie ist Projektion ein Weg, mit unerwünschten inneren Konflikten umzugehen, indem man sie außerhalb von sich selbst platziert. Projektionen können in Therapiesitzungen aufgedeckt und analysiert werden, um dem Patienten dabei zu helfen, sich bewusst zu werden, wie diese Mechanismen sein Verhalten und seine Wahrnehmungen beeinflussen.

In der Psychoanalyse sind neurotische Übertragung und Projektionen miteinander verbunden, da beide Konzepte Einblicke in die inneren Konflikte und unbewussten Prozesse eines Individuums bieten. Therapeuten nutzen diese Konzepte, um tiefere Einsichten in das emotionale Leben ihrer Patienten zu gewinnen und ihnen bei der Bewältigung ihrer inneren Konflikte und psychischen Probleme zu helfen (ebd.).

Projektion in der psychoanalytischen Perspektive

Der Autor beschreibt, dass alles, was wir an uns selbst nicht akzeptieren oder erkennen möchten, auf andere projiziert wird und sich als Widerstand manifestiert. Unbewusst werden Wünsche, Ängste, Schuldgefühle, Triebimpulse, persönliche Schwächen, Fehler und innere Objekte, die Unbehagen auslösen, aus dem eigenen Bewusstsein verdrängt und auf externe Objekte übertragen. Hierbei handelt es sich um eine Form der Selbsttäuschung. Wir sehen andere nicht so, wie sie wirklich sind, sondern so, wie wir sie gerne hätten (ebd.).

Übertragungsphänomene aus Sicht der psychoanalytischen

Aus psychoanalytischer Sicht sind Übertragungsphänomene ein zentrales Konzept, das die Art und Weise beschreibt, wie unbewusste Emotionen, Gefühle, Wünsche und Konflikte aus der Vergangenheit eines Individuums auf gegenwärtige Beziehungen und Interaktionen übertragen werden. Diese Übertragung geschieht oft unbewusst und basiert auf früheren Erfahrungen und Beziehungen, insbesondere solchen aus der Kindheit.

Übertragungsphänomene treten insbesondere in der therapeutischen Beziehung auf, in der der Patient den Therapeuten als eine Art Ersatzfigur für wichtige Personen aus seiner Vergangenheit betrachtet. Der Patient reagiert emotional und interaktionell auf den Therapeuten, als ob dieser die Rolle einer Person aus der Vergangenheit einnimmt, sei es ein Elternteil, Geschwister oder andere bedeutsame Personen. Diese Übertragungsgefühle und -interaktionen können positiv oder negativ sein und können von intensiven Emotionen begleitet werden.

Die Analyse und Interpretation von Übertragungsphänomenen sind ein wesentlicher Bestandteil der psychoanalytischen Therapie. Der Therapeut hilft dem Patienten, sich der

unbewussten Übertragungen bewusst zu werden und sie zu verstehen. Dies ermöglicht dem Patienten, alte Muster zu erkennen, die sein gegenwärtiges Verhalten und seine Beziehungen beeinflussen. Durch die Arbeit mit Übertragungspänomenen kann der Patient Einsichten in seine inneren Konflikte und emotionalen Dynamiken gewinnen und diese bearbeiten.

Die Übertragungstheorie unterstreicht die Bedeutung früherer Erfahrungen und Beziehungen für das gegenwärtige psychische Funktionieren und betont, wie diese Übertragungen in der therapeutischen Beziehung genutzt werden können, um tiefere Einblicke in das emotionale Leben des Patienten zu gewinnen und Veränderungen zu fördern.

Die Begriffe Introjektion, Identifizierung und die Bewahrung des äußeren Charakters des Objekts stellen die "Gegenbewegungen" zur Projektion dar. Bei der Introjektion neigen wir dazu, Objekte aus der Außenwelt in unser Inneres aufzunehmen und die Eigenschaften anderer Personen in unsere eigene Identität umzuwandeln (ebd.).

Die projektive Identifizierung PI

Die projektive Identifizierung (PI) ist ein Konzept aus der Psychoanalyse, das eng mit der Übertragungstheorie verbunden ist. Es beschreibt einen komplexen psychischen Prozess, bei dem eine Person nicht nur ihre eigenen unbewussten Konflikte, Gefühle und Impulse auf eine andere Person projiziert, sondern auch versucht, diese Person dazu zu bringen, diese projizierten Inhalte tatsächlich zu erleben oder zu übernehmen.

Im Kontext der projektiven Identifizierung wird die projizierende Person aktiv daran beteiligt, die Reaktionen und Emotionen der anderen Person zu beeinflussen oder zu manipulieren. Sie versucht, die innere Welt der anderen Person so zu gestalten, dass sie den projizierten Inhalten entspricht. Dies kann in der therapeutischen Beziehung auftreten, in zwischenmenschlichen Beziehungen oder auch in Gruppeninteraktionen.

Projektive Identifizierung kann sowohl positive als auch negative Aspekte haben. Im positiven Fall kann sie dazu beitragen, gemeinsames Verständnis zu fördern und Verbindung herzustellen. Im negativen Fall kann sie jedoch zu Verwirrung, Konflikten und Manipulation führen.

Die Analyse der projektiven Identifizierung ist eine anspruchsvolle Aufgabe in der psychoanalytischen Therapie. Therapeuten müssen die komplexen Dynamiken zwischen projizierender Person und Empfänger sorgfältig untersuchen, um die zugrunde liegenden Konflikte und unbewussten Prozesse zu verstehen. Die Arbeit mit projektiver Identifizierung erfordert Einfühlungsvermögen, Interpretation und die Schaffung eines sicheren Raums, in dem diese komplexen Dynamiken erforscht und bearbeitet werden können.

Identifizierung

Laut Schuster P, Spriger-Kremser M, (1998) bezieht sich Identifizierung darauf, dass das identifizierende Subjekt die Merkmale des Objekts so übernimmt, als wären es die eigenen. Durch Identifizierung entstehen entpersonalisierte psychische Strukturen des Ich und das Über-Ich, die unabhängig von persönlichen Beziehungen sind (Schuster P, Springer-Kremser M, 1998, S. 17). In ähnlichem Sinne beschreibt Andrawis A (2018), dass verinnerlichte Repräsentationen von Objekten den äußeren Charakter der Objekte bewahren, im Gegensatz zur Introjektion und Identifizierung, bei denen die Objekte in die eigene Identität integriert werden.

Beispiel: Eine Frau, die im Sekretariatsbereich arbeitet, fühlte sich von einem Kollegen sexuell belästigt, obwohl dieser den Kontakt zu ihr vermied. Aufgefordert zur Stellungnahme, entwickelte sie Fantasien und Wünsche, die auf den Kollegen gerichtet waren. Es ist wahrscheinlich, dass sie ihre eigenen Wünsche auf ihn projizierte, trotz seiner Bemühungen, den Kontakt zu vermeiden. Eine weitere Form der Projektion besteht darin, eigene Vorstellungen in mächtigere Personen oder Wesen zu projizieren, um diesen Vorstellungen Gewicht zu verleihen, was als Autoritätskonflikt betrachtet werden kann (Andrawis A, 2018).

Ergänzung zum Konzept der Projektion

In Ergänzung zum Konzept der Projektion wird das Konzept der projektiven Identifikation betrachtet. Dieses Konzept bezieht sich auf frühe kindliche Traumata und deren Verbindung zur Schule von Melanie Klein und den Theorien der Objektbeziehung, insbesondere der "Fremdobjektrepräsentanz" oder des "Sündenbocks". Diese Theorien beschäftigen sich mit der Erforschung von frühkindlichen Traumata als Abwehrmechanismen. Projizierende Abläufe

haben das Ziel, die Verhaltenserwartungen des Projizierenden mit seinen unbewussten Emotionen in Einklang zu bringen und manipulatives Verhalten hervorzurufen. Dies beinhaltet selektive Wahrnehmung, wodurch die Projizierung auf die Wahrnehmung des Anderen ausgerichtet wird und nach eigenen Maßstäben erfolgt. Eigene Vorstellungen werden bevorzugt. Das zwischenmenschliche Manipulieren ist sogar eine entscheidende Komponente für die Diagnose der projektiven Identifikation (ebd.).

Die Entstehung der projektiven Identifikation kann auf zwei verschiedene Gründe zurückgeführt werden. Einerseits spielt die Interaktion eine Rolle bei der Entstehung von archaischen Abwehrmechanismen und andererseits bei anderen psychischen Störungen.

Neurotische Übertragung

Wie im Jahr (2018) von dem Autor erwähnt wurde, ist das Unbewusste wie eine Grabkammer, in nicht aufgedeckte Verdrängungen, Verletzungen und Einschränkungen gelagert werden. Angst steht im Zentrum, wenn versucht wird, das Unbewusste zu erkunden. Warum? Weil Angst uns vor der schmerzhaften Enthüllung schützen möchte und somit den Zugang zum Unbewussten versperrt. In der zwischenmenschlichen Kommunikation bedroht dies Beziehungen durch affektive Einflüsse, die zwischenmenschliche Verbindungen unterminieren. Im größeren Kontext können sogar Kriege auf diese Weise erklärt werden. Ein aktuelles Beispiel ist der religiöse Fanatismus. Fanatiker zeigen nach außen hin paranoides Verhalten, und aufgrund der affektiven Einflüsse des Unbewussten können innere und äußere Welten nicht in Kommunikation treten (Andrawis A, 2018).

Wie bereits erwähnt, kann das Unbewusste als Grabkammer betrachtet werden, in der alle Verdrängungen lagern. Diese destruktiven infantilen Verhaltensmuster manifestieren sich in verschiedenen Situationen als Syndrom oder Symptom, wie zum Beispiel in der Übertragung. Ein Muster von Verhalten wird aus dieser Grabkammer heraus etabliert, das unbewusst bleibt und nach außen getragen wird. In der Psychoanalyse werden diese nach außen getragenen Muster als "Übertragungs-Phänomene" oder "neurotische Übertragung" bezeichnet. Diese haben eine negative Auswirkung auf zwischenmenschliche Beziehungen (ebd.).

Literaturverzeichnis

Andrawis A, (2021) Dissertation, Ganzheitliche Medizin Heilung und Heil, an der Collegium Humanum – Warsaw Management University Univ.

Andrawis A, (2021): Humanmedizin und Psychotherapiewissenschaft, zwischen Theorie und Praxis, Eigenverlag

Andrawis A, (2018): Psychoanalyse zur Überwindung, frühkindlicher Traumata
zweijährige Patientenanalyse, von Jänner 2012 bis Februar 2014, Der verborgene Teil des Eisbergs Model Freud, 2.überarbeitete Auflage, Verlag Poligraf, Wydawnictwo,
2.überarbeitete Auflage, Poligraf sp. z o. o. ,ISBN: 978-3-9504659-0-4

Andrawis A, (2018): Determinanten des Entscheidungsverhaltens, von Verdrängung Heilung, Glaube, zur Bedeutung der Aufdeckung frühkindlicher Verdrängungen, durch Psychoanalyse und im Zusammenhang mit christlicher Glaubenshaltung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ul ISBN: 978-3-9504659-0-7

Andrawis A, (2015): Der verborgene Teil des Eisbergs, Eine zweijährige Patientenanalyse von Jänner 2012 bis Februar 2014, 1. überarbeitete Auflage, Eigenverlag

Andrawis A, (2018): Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o.,
ISBN: 978-3-9504659-2-1

Andrawis A, (2018): Psychoneuroimmunologie PNI Komplementärmedizin, und Ganzheitliche Heilung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o.,
ISBN: 978-3-9504659-3-8

Andrawis A, (2013): Der verborgene Teil des Eisbergs. Eine zweijährige Patientenanalyse eigene verlag.

Weiterführende Literatur

Bürgin D, Resch F, Schulte-Markwort M, (2009): Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung, 2., überarbeitete Aufl. Verlag Huber

Dilling H, Mombour W, Schmidt M H, (2011): Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Klinisch-diagnostische Leitlinien, 8. überarb. Aufl., Verlag Hans Huber

Kernberg O F (1998): Psychodynamische Therapie bei Borderline-Patienten, Verlag Hans Huber

Mentzos S, (2010): Neurotische Konfliktverarbeitung. Einführung in die psychoanalytische Neurosenlehre unter Berücksichtigung neuer Perspektiven, Fischer-Verlag

Möller H-J, Laux G, und Deisster A, (2010): MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlag

Möller H-J, Laux G, Deister A, (2014): Psychiatrie und Psychotherapie, 5. Aufl., Thieme Verlag.

Schuster P, Springer-Kremser M, (1997): Bausteine der Psychoanalyse. Eine Einführung in die Tiefenpsychologie, 4.Aufl., WUV-Universitätsverlag

Schuster P, Springer-Kremser M, (1998): Anwendungen der Psychoanalyse. Gesundheit und Krankheit aus psychoanalytischer Sicht, 2. Überarbeitete Auflage, WUV-Universitätsverlag

Zepf S, (2000): Allgemeine psychoanalytische Neurosenlehre, Psychosomatik und Sozialpsychologie, Psychosozial-Verlag Rolf. ie, Psychosozial-Verlag.

[Andrawis A, 2019](#)