

Jungs Theorien

Carl Gustav Jung hat mit seinem Werk nicht nur die Psychotherapie, sondern auch die Psychologie, Religionswissenschaft, Völkerkunde, Literaturwissenschaft, Kunstwissenschaft und die sich daraus entwickelnde Kunsttherapie beeinflusst. In die Psychologie sind vor allem die Begriffe Komplex, Introversion, Extraversion und Archetypus seiner Persönlichkeitstheorie eingegangen.

Komplex

Ein Komplex ist eine Konstellation von Gefühlen, Gedanken, Wahrnehmungen und Erinnerungen, die assoziativ von dem Kernkomplex angezogen werden und sich zentrierend um jenen bestimmten bedeutenden Zusammenhang gesammelt haben. Bei diesen Kernkomplexen handelt es sich meist um Archetypen, die dem kollektiven Unbewussten entspringen. Komplexe können mehr oder weniger bewusst sein. Komplexe, die in das Unbewusste verdrängt sind, können im Bewusstsein als «Affekt» erscheinen. Ein Beispiel: Ein Mutterkomplex ist das Kernelement des Komplexes. Alle Gefühle, Gedanken, Wahrnehmungen und Erinnerungen, die direkt oder indirekt mit der Mutter zu tun haben, werden von dem Kernelement des Komplexes angezogen und sind mit ihm assoziiert. Sie werden so dem Bewusstsein entzogen und können die bewusste Absicht stören. Aus negativ affektiv getönten Komplexen können sich neurotische Symptome entwickeln, ebenso gibt es auch positiv besetzte Komplexe.

Persönlichkeitsstruktur

Das Ich oder Ich-Bewusstsein ist Zentrum des Bewusstseinsfeldes und zeichnet sich durch eine starke Identifikation mit sich selbst aus. Da dieses Ich-Bewusstsein aus einem Komplex von Vorstellungen und Identifikationen besteht, spricht Jung auch vom sogenannten Ich-Komplex. Bewusst wahrnehmen kann man folglich nur Dinge, die mit diesem begrenzten Ich-Komplex assoziiert sind.

Ausserhalb dieses bewussten Ich-Komplexes existieren weitere Ich-nahe Komplexe, die aber unbewusst sind und in ihrer Gesamtheit als das persönliche Unbewusste bezeichnet werden. Diese unbewussten psychischen Inhalte sind eng an die individuelle Lebensgeschichte geknüpft und werden aus zwei unterschiedlichen Kanälen gespeist. Einerseits handelt es sich dabei um Inhalte, die ehemals bewusst waren und im weiteren Verlauf der Biographie als Vergessenes oder Verdrängtes nachträglich aus dem Ich-Bewusstsein ausgeschlossen wurden, andererseits um primär unbewusste Elemente, die noch nie völlig ins Bewusstsein gelangt waren, wie zum Beispiel frühkindliche Engramme und subliminal Wahrgenommenes.

Die Persona (*lat. Maske*) ist der repräsentative, nach aussen gerichtete Aspekt des Ich-Bewusstseins und entspricht der äusseren Persönlichkeit. Sie dient der Anpassung an die Aussenwelt im Sinne eines normgebundenen, sozialverträglichen Verhaltens.

Der Schatten ist sozusagen die dunkle, im Schatten liegende Seite der Persönlichkeit. Er ist Teil des Ich-nahen persönlichen Unbewussten und setzt sich aus all jenen, mit den bewussten Identifikationen des Ich unvereinbaren Aspekten, Neigungen und Eigenschaften eines Menschen zusammen. Solange keine bewusste Auseinandersetzung des Ich mit diesem unbewussten Schatten stattgefunden hat, kann dieser nur ausserhalb des Ich wahrgenommen werden und wird deshalb häufig auf andere Personen projiziert (Schattenkonzept).

Die Auseinandersetzung mit dem Schatten, d. h. dessen Integration, stellt einen wichtigen und unabdingbaren Schritt auf dem Weg zur Ganzwerdung oder Individuation der Persönlichkeit dar. Sie stellt ein vorwiegend moralisches Problem dar, das vom Individuum beträchtliche seelische Anpassungsleistungen erfordert. Zu Beginn der Lebensmitte steht indes mehr die Integration der eigenen Anteile des jeweils anderen Geschlechts im Vordergrund, d. h. für einen Mann ist dies seine Anima und für eine Frau ihr Animus.

Das Kollektive Unbewusste – ein von Jung eingeführter und theoriestrategisch gegen die Freudsche Fokussierung auf das individuelle Unbewusste gerichteter Begriff – baut sich auf im Laufe der Menschheitsge-

schichte ererbten Grundlagen auf. Auf ihm basieren alle entwicklungsgeschichtlich jüngeren Persönlichkeitsstrukturen, wie etwa das Ich. Im kollektiven Unbewussten manifestieren sich Archetypen, beispielsweise in Gestalt von Märchenmotiven und -konstellationen, mythischen Helden oder Figuren der Folklore.

Das Selbst ist das Zentrum der Persönlichkeit. In ihm werden alle gegenläufigen Teile der Persönlichkeit zusammengefasst und vereinigt. Es ist das Ziel des lebenslangen Individuationsprozesses, der im Wesentlichen daraus besteht, möglichst grosse Teile des Unbewussten dem Bewusstsein einzugliedern. Die Individuation setzt immer neue und umfassendere Anpassungsleistungen der Persönlichkeit voraus und in Gang. Sie findet auf der *Ich-Selbst-Achse* statt, ein Begriff, den Erich Neumann als Ergänzung zu Jungs Theorie einführte.

Psychologische Typen

Bei seinem täglichen Umgang mit Patienten merkte Jung schnell, dass Menschen sich sehr verschieden verhalten und daher auch unterschiedlich behandelt werden müssen. Daraufhin entwickelte er die Unterscheidung in *extravertierte* und *introvertierte* Menschen.

Als *extravertiert* bezeichnete er einen Menschen, dessen Verhalten auf die äussere, objektive Welt ausgerichtet und von ihr geleitet wird. *Introvertierte* Menschen sind dagegen auf ihre innere, subjektive Welt ausgerichtet und verhalten sich deren Anforderungen entsprechend. Da diese Differenzierung nicht ausreichte, entwickelte er ein Modell, bestehend aus vier Funktionen – *Denken*, *Fühlen*, *Intuition* und *Empfinden* – das, kombiniert mit dem Attribut *introvertiert* oder *extravertiert*, acht Möglichkeiten ergibt, aus denen sich je nach Paarung acht Typen zusammensetzen lassen. In seinem Werk «Psychologische Typen» von 1921 schrieb er darüber.

- *extravertiertes Denken* orientiert sich stark an objektiven und äusseren Gegebenheiten und ist oft, aber nicht immer an konkrete und reale Tatsachen gebunden. Personen mit diesem Typus haben ein hohes Rechtsbewusstsein und fordern gleiches von anderen. Dabei gehen sie teilweise kompromisslos vor, nach dem Motto «Der Zweck heiligt die Mittel»; eine konservative Neigung ist gegeben. Aufgrund der untergeordneten Gefühlsfunktion wirken sie oftmals gefühlsarm und unpersönlich.
- *extravertiertes Fühlen* ist altruistisch, erfüllt wie keine andere Funktion die Konventionen und verfügt über eher traditionelle Wertmassstäbe. Bei zu viel Objekteinfluss wirkt dieser Typ kalt, unglaubwürdig und zweckorientiert und kann in seinem Standpunkt alternieren und daher anderen unglaubwürdig vorkommen. Dieser Typus ist nach Jung am anfälligsten für Hysterie.
- *extravertiertes Empfinden* ist eine vitale Funktion mit dem stärksten Lebenstrieb. Ein solcher Mensch ist realistisch und oft auch genussorientiert. Bei zu starkem Objekteinfluss kommt seine skrupellose und teilweise naiv-lächerliche Moral zum Vorschein. In Neurosen entwickelt er Phobien aller Art mit Zwangssymptomen und ist nicht fähig, die Seele des Objektes zu erkennen.
- *extravertierte Intuition* strebt nach Entdeckung von Möglichkeiten und opfert sich u. U. dafür auf; werden keine weiteren Entwicklungen gewittert, kann die Möglichkeit genauso schnell wieder fallengelassen werden. Dabei nimmt dieser Typ häufig nur geringe Rücksicht auf die Umgebung. Er lässt sich leicht ablenken, bleibt nicht lange genug bei einer Sache und kann deshalb zuweilen die Früchte seiner Arbeit nicht ernten.
- *introvertiertes Denken* schafft Theorie um der Theorie willen und ist wenig praktisch veranlagt. Es ist eher um Entwicklung der subjektiven Ideen als um Tatsachen bemüht. Andere Menschen werden oft als überflüssig oder störend empfunden, weswegen diese Typen als rücksichtslos oder kalt erscheinen. Dadurch besteht die Gefahr, dass sie sich isolieren.
- *introvertiertes Fühlen* ist schwer zugänglich und oft hinter einer banalen oder kindlichen Maske versteckt. Diese Menschen sind harmonisch unauffällig und zeigen wenig Emotionen, auch wenn diese erlebt werden; Emotionen sind bei ihnen nicht extensiv sondern intensiv. In einer Neurose kommt ihre heimtückische, grausame Seite zum Vorschein.
- *introvertiertes Empfinden* führt zu *charakterbedingten Ausdruckserschwerungen*. Die Personen sind oft ruhig und passiv. Ihre künstlerische Ausdrucksfähigkeit ist dafür stark ausgeprägt. Sie bewegen sich in einer mythologischen Welt und haben eine etwas phantastische und leichtgläubige Einstellung.
- *introvertierte Intuition* kommt bei Menschen vor, die sich für die Hintergrundvorgänge des Bewusstseins interessieren. Nicht selten sind sie mystische Träumer oder Seher einerseits, Phantasten und Künstler andererseits. Sie versuchen ihre Visionen in ihr eigenes Leben zu integrieren. Im Falle einer Neurose neigen sie zur Zwangsneurose mit hypochondrischem Erscheinungsbild.

Jung ordnete alle denkenden und fühlenden Funktionen als *rational* und alle empfindsamen und intuitiven Funktionen als *irrational* ein. Anwendung finden die psychologischen Typen Jungs vor allem in abgewandelter Form mit dem Myers-Briggs-Typindikator sowie der Sozionik.