



«The end is where we start from» – Die Endlichkeit (in) der Psychoanalyse

Jürgen Grieser (Zürich)

Zusammenfassung: Die Beendigung einer Analyse oder Psychotherapie erfordert auf Seiten der Analytikerin¹ wie der Analysandin Toleranz für Unsicherheit und Nicht-Wissen, für Trennung und Endlichkeit, für Begrenztheit und Vergänglichkeit. Konnten diese Themen im Verlauf der Analyse nicht bearbeitet und die entsprechenden Bewältigungskompetenzen noch nicht entwickelt werden, so werden sie in der Beendigungsphase auftauchen. Drei hilfreiche Haltungen der Analytikerin für den Umgang mit dem Ende werden angeführt: die Haltung der Abschiedlichkeit, die der Offenheit für Neues und die der Entschlossenheit. Sie erleichtern die Bewegung hin zum Neuen jenseits der Analyse und verhindern, dass die Behandlung endlos und damit zur Sackgasse – zum «Dead End» – wird.

Schlüsselwörter: Beendigung, Abschiedlichkeit, Grenzen der Psychoanalyse

Wissen und Nicht-Wissen

In Veröffentlichungen zur Beendigung der Analyse wird häufig beklagt, dass wenig zu diesem Thema geschrieben werde. Mich wunderte das, weil ich auf eine Vielzahl von Publikationen zum Thema stiess. Und so meinte ich, zwischen den Zeilen eine stumme Klage zu vernehmen, gerichtet an Übervater Freud, er habe uns dieses wunderbare Spiel der Analyse gegeben, uns verführt, uns diesem hinzugeben, doch die Regeln für die Beendigung des analytischen Schachspiels habe er uns vorenthalten. Hätten wir diese, würden wir wissen, wie wir wieder gut aus der Sache herauskommen und uns dadurch nicht überfordert fühlen. Stattdessen hat er uns mit dem lapidar klingenden Satz allein gelassen, «die Beendigung einer Analyse ist, meine ich, eine Angelegenheit der Praxis» (Freud, 1937c, S. 96), einer Praxis, die mehr oder weniger weit von der Theorie entfernt sei.

Das Ende konfrontiert uns mit Nicht-Wissen auf vielen Ebenen. Wir wissen nicht, wie wir die Beendigung richtig machen, ob der Zeitpunkt stimmt, ob wir die Analyse richtig durchgeführt haben; wir fühlen uns allein gelassen mit dem Ende, von Freud und der Community seiner Nachfolgerinnen und von der Analysandin, die uns

verlässt. Wir wissen nicht, wie es weiter geht im Leben der Analysandin, die nächste Folge, die Fortsetzung der Serie bleibt uns vorenthalten. Die Analysandin nimmt das alles mit, doch hat auch sie vielleicht Bedenken, weil sie nicht wirklich wissen kann, ob sie schon so weit ist, ob es ihr gelingen wird, den Weg allein weiterzugehen. Und manch eine Analysandin hat Angst vor dem Ende, weil sie Angst vor dem Wissen hat, das dann zutage treten könnte, der Wahrheit darüber, wie sie wirklich ist, wenn sie so ist, wie sie am Ende der Analyse ist.

Die Beendigung lässt der Analytikerin noch einmal bewusster werden, was sie alles nicht weiss, wie unsicher manches ist, und dass, wenn die letzte Stunde vorüber sein wird, nichts mehr durch sie korrigiert oder beeinflusst werden kann. Doch der Wunsch nach mehr Wissen, mehr Publikationen zum Thema, würde das Dilemma auch nicht lösen, denn wie alles Wissen der Psychoanalyse ist auch das zur Beendigung so vielfältig, heterogen und widersprüchlich, dass auch wieder nicht klar wird, an was man sich halten soll. Insbesondere gibt es eine Fülle von Kriterien, was das Ziel der Analyse sei und woran abzulesen wäre, dass dieses oder der Beginn der Beendigungsphase erreicht sei. Wir treffen auf detaillierte Listen von Zielvorstellungen bis hin zur Gegenposition, dass einzig die klinische Intuition der Analytikerin ein valables Kriterium sei.

Beendigung als Trennung

Zweifellos stellt das Ende der Analyse eine Trennung dar. Schauen wir also zunächst einmal bei Jean-Michel Quinodoz (1991), der in seinem Buch über Trennungsangst zentrale psychoanalytische Positionen zur Beendigung zusammenstellt. Für Quinodoz entscheidet die Fähigkeit, die Trauerarbeit über die Beendigung leisten zu können, darüber, ob die Analyse abgeschlossen werden kann oder nicht. Ich greife nur einige der psychoanalytischen Positionen heraus, die Quinodoz anführt. Auf der einen Seite stossen wir auf die Vorstellung, der Abschluss der Analyse symbolisiere für die Analysandin eine «Geburt» (Otto Rank) oder einen «Neubeginn» (Michael Balint). Dem steht diametral gegenüber Sandór Ferenczis Todesmetaphorik, die Analyse solle «an Erschöpfung sterben» (Ferenczi, 1927, zitiert nach Quinodoz, 1991, S. 226) und die Analysandin löse sich dabei langsam von der absterbenden Analyse. Freud selbst hatte Ferenczi gegenüber Patienten in der Beendigungsphase als «Aussterber» bezeichnet (Pflichthofer, 2013, S. 203).

Auch andere von Quinodoz angeführte Autor:innen denken in diese Richtung, dass, nachdem sich die Verbindung durch die analytische Beziehung aufgelöst hätte – im Sinne Ferenczis: abgestorben wäre – die Analysandin allein mit der Analytikerin im Zimmer zurückbleiben würde, oder gar, dass nach der Auflösung der Übertragungsbeziehung gar niemand mehr da sei, nur noch ein leerer Himmel. Solchen

Zuspitzungen setzt dann aber glücklicherweise Serge Lebovici entgegen, keinesfalls werde die Analytikerin mit dem Ende niemand, im Gegenteil werde sie erst jetzt zu einer echten Person in einer nicht von der Übertragung geprägten Beziehung (Quinodoz, 1991, S. 226).

Quinodoz geht dann auf Melanie Kleins Vorstellung ein, eine zufriedenstellende Analyse werde alle Trauererfahrungen des Lebens reaktivieren, angefangen von der Entwöhnung von der Mutterbrust – wozu gerade in Zusammenhang mit Abschied und Trennung kritisch anzumerken ist, dass es auch Kinder gibt, die gar nicht entwöhnt werden müssen, weil sie sich von sich aus von der Brust ab- und Interessanterem zuwenden. Weiter kommt Quinodoz auf ein Fallbeispiel von Hanna Segal zu sprechen, welches meiner Meinung nach einen wichtigen Ansatz für die Beurteilung der Frage bietet, ob eine Beendigung möglich ist, ob die Trauerarbeit möglich sein wird und ein Abschied gelingen kann oder nicht. Bei Segals Patient, der immer schon besonders sensibel auf Trennungen reagierte, tauchten einigen Wochen vor dem Abschluss der Analyse früheste Trennungsängste wieder auf begleitet von Todesgedanken, von denen er sich nicht mehr lösen konnte. Segal meint, das Auftreten solcher Ängste und Symptome oder primitiver Abwehrmechanismen in der Beendigungsphase sei kein Kriterium dafür, dass das Ende verfrüht angegangen würde, sondern entscheidend sei, «daß die paranoid-schizoide Position (wo Spaltung, projektive Identifizierung und Fragmentierung vorherrschen) über genügend Beweglichkeit in Richtung depressiver Position verfügt (wo die Fähigkeit zur Beziehung zu inneren wie äußeren Objekten größer ist)» (Segal, 1988, zitiert nach Quinodoz, 1991, S. 229).

Das Schicksal der romantischen analytischen Liebesbeziehung

Eine zweite Übersichtsarbeit, die ich heranziehen möchte, weil sie Wesentliches zum Thema enthält und sich in Vielem mit meiner Sichtweise deckt, ist Diana Pflichthofers Artikel «Das Ende der Analyse und die postanalytische Beziehung» (2013). Im Gegensatz zu Quinodoz wendet sie sich dezidiert gegen eine Gleichsetzung der Beendigung der Analyse mit einem schweren Verlust wie in einem Trauer- oder Todesfall und wirft die Frage auf, ob nicht wir Analytikerinnen, wenn wir «den Trennungsprozess als eine grosse Schmerzveranstaltung verinnerlicht haben, geradewegs Trennungsangst bei unseren Analysanden auslösen» (S. 203). Pflichthofer sieht die Analysandinnen zwischen den beiden von Michael Balint (1994) beschriebenen gegensätzlichen Kräften hin- und hergezogen, den nach Sicherheit und Anlehnung strebenden oknophilen Tendenzen einerseits und den das Offene, das Neue suchenden philobatischen Tendenzen andererseits. Und sie mahnt, sich nicht zu sehr mit dem Wunsch der Analysandinnen nach Geborgenheit in der Beziehung gegenüber dem Wunsch nach

Trennung und Neuem zu verbünden, denn berücksichtigen wir die Strebung weg vom Gegebenen hin zu Neuem nicht genügend, so können wir bei den Analysandinnen «eine *iatrogene Trennungsangst* implantieren» (2013, S. 207, kursiv i. O.).

Hat die Überbewertung der Trennungsthematik gegenüber dem Befreienden und Lustvollen des Analysenendes dazu geführt, dieses als düsteren Abschnitt der Analyse mit Unlust zu betrachten? Diese Frage wirft Pflichthofer auf. Bei aller Relativierung der Trennungsangst gilt es aber, die Absurdität des Endes einer Analyse nicht zu übersehen, denn diese in keiner normalen Beziehung anzutreffende Absurdität stellt den dramatischen Kern der Schwierigkeit dar, sich gut zu trennen: «Vom Analysanden wird erwartet, dass er eine Trennung von jemandem zustande bringt, den er liebt und dem er dankbar ist. Alle Lebenserfahrung läuft dem zuwider» (2013, S. 208). Warum sollte sich jemand freiwillig von einer Liebesperson trennen wollen, um sie durch eine Internalisierung zu ersetzen? Insbesondere, wenn die Übertragungsbeziehung in der Analyse möglicherweise die beste Beziehung ist, die die Person jemals in ihrem Leben kennengelernt hatte. Das führt uns zum Gegenteil des Todes, zur Liebe in der analytischen Beziehung.

Sich der Dimension der Liebe in der Beziehung zwischen Analytikerin und Analysandin bewusst zu sein und diese als eines der heilsamen Elemente der Behandlung zu verstehen, zeichnet die analytischen gegenüber anderen therapeutischen Ansätzen aus. «Während in der Medizin und auch in den meisten Formen der Verhaltenstherapie das Ideal der kontrollierten Behandlung dominiert, behauptet sich in der psychoanalytischen Therapie trotz innerer und äusserer Einwände und Widerstände ein Konzept, das der romantischen Liebe nahesteht», schreibt Wolfgang Schmidbauer (2023, S.50). Doch die romantische Liebe sperre sich gegen die Einsicht, dass sie nur begrenzt einzulösen ist. Ohne anfängliche Idealisierungen, die durchaus der Verliebtheit ähnliche Qualitäten haben, wird der analytische Prozess nicht beginnen, meint Schmidbauer. «Wie er verläuft und endet, das hängt davon ab, wie gut es gelingt, die unvermeidlichen Einschränkungen und Enttäuschungen zu verarbeiten, mit denen beide Seiten ringen.» (Schmidbauer, 2023, S. 50)

Darüber besteht weitgehende Einigkeit: Am Ende geht es darum, die Begrenztheiten anzuerkennen, die Idealisierungen zurückzunehmen, zu erkennen und akzeptieren, dass beide, die Analytikerin wie auch die Analysandin selbst, nur Menschen mit Stärken und Schwächen sind. Dieser Prozess kann ganz unterschiedlich sprachlich gefasst werden: Die Formulierung «Die Analysandin muss die Idealisierung der Analytikerin zurücknehmen» hört sich viel weniger nach Trennung und Drama an, als wenn es heisst, «die Analysandin muss das idealisierte Objekt aufgeben können». Doch die Rücknahme der Idealisierung ist nur die eine Seite der Bewegung, und wird nur

diese benannt, wird die Fährte in Richtung Verlust gelegt. Die andere Seite der Medaille, der Gewinn, den die Analysandin dabei hat, kommt dann weniger zum Ausdruck. Der Gewinn besteht darin, dass sich die Analysandin mit der Rücknahme der Idealisierung der Analytikerin (und der Analyse) zugleich eigene, auf die Analytikerin projizierte Selbstanteile wieder aneignet und damit die Entwertung ihres Selbst aufhebt. Darin sieht Pflighthofer (2013) die zur Entidealisierung komplementäre andere Seite des Beendigungsprozesses.

Die Entzauberung

Dass wir als Analytikerinnen idealisiert werden, kommt nicht von ungefähr, sondern ist ein Artefakt unserer Technik, die darauf beruht, uns «als überwiegend bedürfnisloses, verständnisvolles, allenfalls deutendes und relativ unbekanntes (und damit auch geheimnisvolles) Wesen darzustellen» (Pflighthofer, 2013, S.211) unter Ausschluss der sozialen Realitäten. Wir halten dieses Beziehungsangebot in der Regel ungestörter und über eine viel längere Zeitspanne aufrecht, als dies eine reale Mutter gegenüber ihrem Baby kann. In der realen, genügend guten Mutter-Kind-Dyade erlebt das Baby schon viel früher, dass sich die Mutter auch um ihre eigenen Bedürfnisse kümmern muss, was zu Störungen in der dyadischen Beziehung führt, die im günstigen Fall erste Triangulierungserfahrungen ermöglichen. Das Geheimnisvolle, das Zaubhafte in der analytischen Beziehung ist in dieser aussergewöhnlichen Bereitschaft und Fähigkeit zur homöostatischen Abstimmung auf Seiten der Analytikerin begründet, welche der Analysandin Erfahrungen ermöglicht, die normalerweise in der frühen Kindheit angesiedelt wären.

Doch sowohl zu viel als auch zu wenig des «Übertragungszaubers» tun der Analyse nicht gut, meint Pflighthofer (2013) mit Joel Whitebook. Zur Beendigung gehört auch die Entzauberung der Analytikerin sowie auch der Analyse. Gelingt es nicht, auf diesen Zauber zu verzichten und die idealisierende Übertragung auf die Analytikerin und die Analyse abzubauen, wird sich die Analysandin vielleicht einfach einen neuen Zauber in der Welt suchen. Die Erwartung an eine durch die Analyse weniger neurotisch gewordene und gereifte Persönlichkeit könnte allerdings sein, dass sie sich auf diesen neuen Zauber weniger mit regressiven Übertragungen einlässt, sondern ihn nun, wo sie autonomer geworden ist und ihre Verführbarkeiten und Konfliktneigungen besser kennt, freier gestalten und geniessen kann.

Bei der Lehranalysandin stellt sich hingegen die Frage, ob sie überhaupt die Erfahrung der Entzauberung der Analyse machen kann, oder die Kraft des Zaubers einfach auf die andere Seite der Couch weiterträgt. Die gewöhnliche Analysandin wendet sich mit der Beendigung etwas Neuem zu, und «jedem Anfang wohnt ein Zauber

inne», wie Hermann Hesse (1943) schrieb, welcher aber nicht notwendigerweise zu einer erneuten Regression führen muss. Die Lehranalytandin hingegen wendet sich nicht etwas Neuem zu, kann dennoch auch sie auf den Zauber verzichten oder will sie sich einfach auf Dauer in der Welt des Zaubers einrichten?²

Der Prozess der Entidealisierung und Entzauberung findet oft erst nach der letzten Stunde so richtig statt und kann durchaus leidvoll sein, wie Pflighthofer in Übereinstimmung mit Donald Meltzer meint, der diesen Prozess bei einer Analytandin über zwei Jahre nach Abschluss der Behandlung verfolgte (Pflighthofer, 2013). Auch wenn manche Analytandinnen von sich aus merken, dass der Prozess der Analyse zu einem Ende kommt, weil das Material und die Besetzung der Analyse weniger werden, so hänge es doch von der Entschlossenheit und Klarheit der Analytikerin ab, ob dieser Prozess ernsthaft in Angriff genommen wird, meint Pflighthofer. Vertritt diese klar die Haltung «Schluss ist erst einmal Schluss, auch wenn noch vieles offen ist» (2013, S. 218), können die Übertragungen und damit der Zauber aufgelöst werden. Wird hingegen schon mit einer Rückkehr der Analytandin zur Bearbeitung offen gebliebener Themen geliebäugelt, so wird der Zauber fortbestehen und die Ablösung der Analytandin hin zu Neuem gehemmt.

Bewegung hin zu Neuem und die Grenze der Analyse

Aufgabe der Analyse ist es, Entwicklung, Wachstum, Neues zu ermöglichen; Freud meinte, dass die Analyse «die krankhaften Reaktionen nicht unmöglich machen, sondern dem Ich des Kranken die *Freiheit* schaffen soll, sich so oder anders zu entscheiden» (Freud, 1923b, S. 280, Hervorhebung i. O.). Die Aufarbeitung der Vergangenheit ist dabei nur Mittel zum Zweck. In diesem Sinn formuliert auch Joachim Küchenhoff: «Psychotherapie arbeitet nicht nur retrospektiv an den Einengungen der Lebensgeschichte, sondern ist in ihrem Setting so angelegt, dass sie öffnet, den Horizont erweitert, Neues zulässt.» (2022, S. 444) Die Analyse führt idealerweise von einer Haltung der «gebundenen Erwartung», die durch die Fixierungen in der Vergangenheit begrenzt ist, zu einer Haltung der «offenen Erwartung», welche die Möglichkeit schafft, «sich dem Neuen zu stellen, einen offenen Horizont zulassen zu können» (Küchenhoff, 2022, S. 445).

Kommt die Analyse in Gang, so entsteht zunächst ein Neues zwischen Analytikerin und Analytandin, nämlich das analytische Dritte (Thomas Ogden, 2004), das gemeinsam zu erschaffende Work-in-Progress. In der Beendigungsphase geht es dann jedoch darum, dass sich die Analytandin davon wieder ab- und jenem Neuen zuwendet, das inzwischen in ihrer Lebenswelt draussen, ausserhalb der analytischen

Beziehung entstanden ist. Die Hinwendung der Analysandin zu diesem oder diesen ausseranalytischen Dritten muss von der Analytikerin gutgeheissen werden können. Die Analysandin braucht den «Segen» der Analytikerin dafür, dass dieser triangulierende Schritt der Ablösung aus der Analyse vollzogen werden kann. Dieser Schritt beinhaltet auch einen Besetzungsabzug von der Analyse, vom mit der Analytikerin geteilten analytischen Dritten, wie auch von der Analytikerin selbst, was die Analytikerin hinnehmen können muss.

Damit der Abschied und der endgültige Schritt aus der Analyse hinaus in die Freiheit, vom analytischen Dritten zum ausseranalytischen Dritten möglich wird, muss zumindest zu diesem Zeitpunkt die Lust auf das Neue die Anhaftung an das Alte überwinden können, muss die depressive Position gegenüber der paranoid-schizoiden überwiegen können, und die philobatische Tendenz gegenüber der oknophilen Überhand haben. Ist das Neue zunächst vielleicht vor allem nur in der Analyse möglich, so müssen irgendwann die Besetzungen auf das Neue ausserhalb verschoben werden können. Und das ist die Welt jenseits der Grenze der Analyse.

Ist also der Abschied aus der Analyse der definitive Schritt über die Grenze der Analyse zum Neuen in der Welt ausserhalb, so wird dieser desto einfacher fallen, je mehr gelingende Erfahrungen mit solchen Grenzübertritten zuvor schon möglich waren. Zum einen geht es dabei um die bekannten Grenzen, die das Setting und der Rahmen der Analyse vorgeben. Es gibt keine Stunde, in der es nicht um Grenzen geht, denn jede Stunde ist begrenzt. In jeder einzelnen Sitzung wiederholt sich die Bewegung, die zum Ende der Analyse führt: Es gibt einen Beginn und ein Ende. Dazwischen wird je nach Analytikerin-Analysandin-Paarung Verschiedenes erlebt. Manche gehen in die Regression der Zeitlosigkeit und Entgrenzung, andere wehren sich dagegen. Doch am Ende gilt es immer, auf die Uhr zu schauen, das Realitätsprinzip anzuerkennen und sich damit zurechtzufinden. Am Ende einer Sitzung kann man sich auf die nächste vertrösten, am Ende der letzten Sitzung nicht.

Es gibt aber auch eine andere Grenze der Analyse, nämlich die ihres Zuständigkeitsbereichs und ihrer Möglichkeiten. Die Analysandin meint vielleicht, in der Analyse geheilt und ein neuer Mensch werden, ihr wahres Selbst finden zu können. Nach einer gewissen Zeit beginnt sie zu merken, dass die Analyse selbst dafür nur bis an einen gewissen Punkt zuständig ist, und sie beginnt sich dann womöglich anderen transformativen Methoden jenseits der Analyse zuzuwenden. Anhand der Haltung, die die Analytikerin gegenüber diesen Suchbewegungen der Analysandin einnimmt, wird die Analysandin dann erfahren, wo die Analytikerin ihrerseits die Grenzen der Analyse sieht und wie sie damit umgeht. Meint sie, alles, was die Analysandin beschäftigt, als ana-

lytisches Material aufnehmen, verstehen, deuten und damit analytisch domestizieren zu müssen, oder kann sie diese Suchbewegungen nach dem Neuen, Anderen draussen wohlwollend und triangulierend wertschätzen und begleiten, das Andere ein Anderes sein lassen und damit die Grenzen der Möglichkeiten der Analyse anerkennen?

Wird die Analyse von der Analytikerin als etwas prinzipiell Begrenztes gedacht und der Blick schon früh auf das Neue oder auch das Andere neben, ausserhalb der Analyse gerichtet, dann ist die Grenze des Abschieds mehr ein Übergang zu etwas anderem, was schon da ist, als ein Ende. Die omnipotente Aufladung der Analyse ist dann begrenzt und das Ende der Analyse nicht das Ende des durch die Analyse angestossenen Prozesses. Kommt hingegen nichts attraktives ausseranalytisches Neues in Sicht, für das es sich lohnen könnte, die Analyse aufzuhören, dann wird das analytische Paar wie selbstverständlich dazu tendieren, die Grenze der Analyse immer weiter hinauszuschieben und die Analyse so lange auszupressen, bis nichts mehr in der Analyse zu finden ist, sie sich erschöpft hat und an Altersschwäche stirbt. Dann spätestens, nach dem Tod der Analyse durch Erschöpfung, muss man sich notgedrungen etwas Neues suchen.

Hat das Ende einer Analyse etwas mit dem Tod zu tun?

Sehen einige Autor:innen in der Beendigung der Analyse eine Art Todeserfahrung, so wehren sich andere gegen diese Gleichsetzung, wie etwa Pflichthofer (2013) oder auch Helmut Thomä und Horst Kächele; letztere halten es für «eine unangemessene Überhöhung der analytischen Beziehung, die Trennung mit dem Sterben zu vergleichen. Dies führt zu einer künstlichen Dramatisierung, wodurch die unbewussten Allmachtsphantasien und deren Projektion verstärkt werden» (Thomä & Kächele, 1985, S. 339).

Doch irgendwann in der Analyse wäre zu erwarten, dass es um den Tod, das Ende, die Begrenztheit von allem Lebendigen geht, zumindest seit Roger Money-Kyrle seine drei «facts of life» (1971) formulierte. Er beschreibt die drei begrenzenden Grundtatsachen des Lebens, deren Anerkennung im Prozess einer gelingenden Analyse möglich werden sollte: Die Anerkennung der mütterlichen Brust als Bild dafür, dass man auf ein unterstützendes gutes Objekt angewiesen ist, das aber nicht immer zur Verfügung stehen kann; die Anerkennung der ödipalen Situation als kreativem Akt, von dem das Kind ausgeschlossen ist, dem es jedoch die eigene Existenz verdankt; und die Anerkennung des Todes und damit der Dimension der Zeit und der eigenen Vergänglichkeit. Die gelungene Bearbeitung dieser Themen führt jeweils von der paranoid-schizoiden in die depressive Position, welche am Ende, wie wir gesehen hatten, zur Verfügung stehen muss, um den Schritt aus der Analyse zu machen. Zum Durcharbeiten

gehört schliesslich auch, «die Möglichkeit des eigenen Todes zu akzeptieren», meint Hanna Segal (Segal, 1988, zitiert nach Quinodoz, 1991, S.230). Eine Beendigung ist möglich, wenn der eigene Tod denkbar geworden ist.

War im Verlauf der Analyse die Bearbeitung der Thematik Tod und Vergänglichkeit nicht möglich, so wird das bis dahin abgewehrte Thema möglicherweise am Ende, aktiviert durch das Ende der Analyse, plötzlich auftauchen und dann Angst und Schrecken verbreiten. Wenn diese Themen vermieden werden, so liegt dies in erster Linie an der Analytikerin, weil diese selbst gegenüber ihrer Vergänglichkeit befangen ist und ihr Verhältnis zum Tod nicht geklärt hat. Dabei ist die Fähigkeit der Analytikerin, mit der Sterblichkeit – ihrer eigenen wie der der Analysandin – umzugehen, nicht nur die Voraussetzung dafür, dass in der Analyse diese Themen auftauchen und bearbeitet werden können, sondern sie ist darüber hinaus die Basis ihrer Fähigkeiten für Holding, Containment, Umgang mit Trauer und Beendigung überhaupt, und damit für die Handhabung der ganz besonderen Nähe und Intimität, die die psychoanalytische Situation konstituiert, wie Ellen Pinsky (2014) ausführt. «But the patient is in a quandary if the helper is shy of endings. The capacity to consider one's mortality, by which I mean human frailty and limitation in every sense, perhaps defines the capacity to be a good guardian of the therapeutic situation.» (2014, S. 146)³

Freud hatte uns nicht nur die Spielregeln für die Beendigung vorenthalten, sondern auch die Beschäftigung mit dem Tod als realem Faktum des Lebens. Dieser blinde Fleck der Psychoanalyse wird bis heute tradiert (vgl. Grieser, 2018). Schauen wir in den beiden Bänden des erwähnten Lehrbuchs von Thomä und Kächele (1985, 1988) nach, so stellen wir fest, dass im Sachverzeichnis das Stichwort Tod lediglich viermal in Verbindung mit dem Todestrieb vorkommt, zweimal geht es um Krankheit und Tod und einmal um die Sehnsucht nach dem Tod. In der Psychoanalyse, wie sie hier gelehrt wird, sind Tod und Sterben also keiner erwähnenswerten Auseinandersetzung wert. Diese Skotomisierung des Todes ist Teil einer partiellen Realitätsblindheit der Psychoanalyse, in der existenzielle Themen ausgeblendet werden. Doch diese «starke Fokussierung des psychoanalytischen Modells auf die unbewusste, konflikthafte Wirklichkeit als psychische Realität des Einzelnen, die sich biografisch als Kindheits- und Persönlichkeitsentwicklung verstehen lässt, unterschätzt tendenziell eher die existenzielle Dimension der menschlichen Grundsituation und ihre Folgen» (Zwiebel & Weischede, 2023, S. 13).

Bleibt die Analyse vergangenheitsorientiert auf das innerfamiliär determinierte Biographische beschränkt und wird dem Thema Endlichkeit und Tod ausgewichen, so kann die Behandlung zu einer unendlichen, nicht abschliessbaren Sackgasse werden,

auf Englisch : zu einem «Dead End», in dem das Ende vermieden wird. Konnte hingegen das Thema des Todes in verschiedenen Facetten und Erscheinungsformen bearbeitet werden, muss die Trennung von der Analytikerin am Ende nicht mehr so viele dramatische Gefühle auslösen.

Ein Gegenbeispiel stellt Donald Winnicotts Umgang mit dem Thema dar. Er hielt es am Ende der Behandlung seiner fünfjährigen Patientin *Piggle* (1971) für nötig, diese mit dem Gedanken vertraut zu machen, dass er ein alter Mann sei und einmal sterben werde. Winnicott hatte sehr aktiv auf die Beendigung der Therapie mit *Piggle* gedrängt und auch begonnen, den Sinn hochfrequenter Langzeitanalysen bei Kindern zu hinterfragen. Vielleicht war Winnicott in dieser Zeit aber auch zu sehr mit seinem eigenen Ende, seinem Alter, Gesundheitszustand und möglichen Tod befasst. Einem kurzen Abriss seines Lebens, den er nicht lange vor seinem Tod niederschrieb, hatte er die folgenden Zeilen von T. S. Eliot vorangestellt (zitiert nach C. Winnicott, 2016):

*What we call the beginning is often the end
And to make an end is to make a beginning.
The end is where we start from.*

Die Haltung der «Abschiedlichkeit»

«Die Fähigkeit, etwas zu Ende zu bringen, ist eng mit Akzeptanz, Erfahrung und Kenntnis von Grenzen und damit auch von eigener Begrenztheit verbunden», schreibt Barbara Weilguny (2022, S. 69). Es ist vielleicht kein Zufall, dass gerade eine Nicht-Psychoanalytikerin die Haltung der Abschiedlichkeit in Zusammenhang mit der Beendigung zum Thema macht. Zu Abschiedlichkeit gehören Begriffe wie Vergänglichkeit, Gewahrsein des Wandels und der Unberechenbarkeiten des Lebens, Gelassenheit, Loslassenkönnen. Jedem Abschied wohne das «Bewusstseinsmoment verschwindender Präsenz von etwas, das lange anwesend war, inne», zitiert sie Daniel J. Siegel (Siegel, 2010, zitiert nach Weilguny, 2022, S. 71).

Eine Haltung der Abschiedlichkeit von Anfang an würde heissen, sich immer schon der Endlichkeit der Analyse bewusst zu sein. Wie man sich dies vorstellen könnte, möchte ich an einem Beispiel zeigen, das der Psychoanalytiker und Buddhist Mark Epstein von einem thailändischen Mönch übernommen hat. Der Mönch zeigt auf sein schönes und äusserst nützliches Trinkglas, das noch dazu einen wunderbaren Klang hat, wenn er daran klopft. Doch wenn das Glas herunterfallen würde und zerbricht, sagt der Mönch, dann wäre er nicht überrascht, weil er schon weiss, dass es eines Tages kaputt sein wird. So nimmt er das Glas in seiner ganzen Schönheit zugleich immer schon als

ein zerbrochenes wahr. Und das ermöglicht ihm, sich in vollem Bewusstsein an seinem Glas zu erfreuen, denn «wenn ich weiss, dass dieses Glas bereits zerbrochen ist, dann ist jeder Augenblick mit ihm wertvoll» (Epstein, 1995, S. 94).

Schmidbauer (2023) benutzt ein analoges Bild, um den Unterschied einer entidealisierten, realitätsnahen Haltung, die er als stoische Haltung bezeichnet, zur romantischen Liebe zu beschreiben. Die stoische Haltung weiss, wie die buddhistische, dass das, was man liebt, zerbrechen kann. «Die romantische Liebe ist das Gegenteil der stoischen Haltung. Sie kann durch das Wissen um ihre Zerbrechlichkeit nicht aufgehoben werden; aber es gehört zu den Kulturleistungen, ihre Tragik zu mildern...» (S. 65). Steht der Analysandin zu, eine romantische Übertragungsliebe zu entwickeln, so kann die Analytikerin diese um so besser annehmen und halten und dann auch helfen, die Tragik der Entidealisierung zu mildern, je besser sie selbst von Anfang an in einer Haltung der Abschiedlichkeit an die Analyse herangegangen ist.

Um vom Ende nicht überrascht zu werden oder auch um es nicht zu verpassen, empfiehlt es sich also, das Ende von Anfang an mitzudenken. Folgen wir Josef Dantlgrabers Überlegungen zur Indikationsstellung in der Psychoanalyse, so gehört zur Klärung der Frage, ob eine Analytikerin mit dieser konkreten Interessentin für eine Analyse arbeiten können wird, ob sich zwischen den beiden ein analytischer Prozess entwickeln können wird, auch die Frage, ob sie bei dieser Analysandin dann auch «mit der Phase der Beendigung der Behandlung erfolgreich zurecht zu kommen» (Dantlgraber, 1982, S. 203) vermag. Die Frage nach dem Ende sollte also schon ganz zu Beginn in der Indikationsstellung gestellt und bewusst gemacht werden. Oft tun dies die Klientinnen von sich aus, beispielsweise wenn sie ihre Angst äussern, in der Analyse abhängig zu werden und sich in einer Analyse ohne Ende zu verlieren.

Die Haltung der Abschiedlichkeit steht nicht im Widerspruch zur Haltung der offenen Erwartung. Im Gegenteil zielen beide auf das Gleiche ab: Offenheit für Neues ermöglichen und die Analysandin loslassen, sie ziehen lassen können und sich daran erfreuen, im Bewusstsein, dass man sich wahrscheinlich nie wieder sieht.

Das Ende wird eingeführt

Das idealtypische Modell einer Analyse, die hochfrequent über mehr als 1000 Sitzungen geführt wird, und in der das Ende weitgehend unbeeinflusst von äusseren Faktoren wie finanziellen Grenzen, beruflichen und familiären Verpflichtungen, rein aus der inneren Dynamik des analytischen Prozesses heraus entwickelt wird, treffen wir heute am ehesten in der Lehranalyse an, während die therapeutische Realität in der Praxis eine andere zu sein scheint. In der Lehranalyse lernen wir deshalb ein «psy-

choanalytisches Arbeitsmodell» (Zwiebel, 2023) kennen, das sich in die analytische therapeutische Praxis nur bedingt übertragen lässt, insbesondere was die Beendigung betrifft. Die Lehranalysandin lernt am eigenen Beispiel nicht das Ende kennen, das sie mit ihren Analysandinnen kennenlernen wird. Hier spielen Geldmangel, Umzug, Elternschaft und andere «facts of life» limitierende Rollen und läuten oft das Ende ein.

Wird das Ende nicht aus einer solchen ausseranalytischen Realität ins Bewusstsein des analytischen Paares gebracht, so kann es entweder die Analysandin oder die Analytikerin sein, die das Ende zuerst thematisiert. Oft fällt die Aufgabe, die Realität einzuführen, dass es ein Ende gibt, der Analytikerin zu. Dies kann aus der Position einer wissenden Analytikerin heraus geschehen, wie oben bei Winnicott, oder auch bei Paul Parin (1981). In seinen Fallbeispielen verkündet er als Analytiker gerne, dass nun das Ende ins Auge gefasst werden könne, weil die Kriterien für die Beendigung erfüllt seien, wie etwa dass die unendliche Analyse in Gang gekommen sei. Parin zeigt sich skeptisch gegenüber der Vorstellung, die Analyse käme aus sich selbst heraus zu einem Ende, in Form «eines gleichsam natürlichen Vollendens» (Parin, 1981, S. 46), sobald einmal der Übergang von der endlichen zur unendlichen Analyse geschafft worden sei.

Die Gegenposition nimmt zum Beispiel Gary Grenell (2004) ein, der bezweifelt, ob es wirklich die Analytikerin ist, die die Beendigung einleitet; sie könne sich wohl kaum so klar darüber sein, dass gerade jetzt die Kriterien dafür erfüllt seien, so wenig wie die Analysandin selbst. Grenell glaubt nicht, dass eine der beiden Akteurinnen, oder auch beide zusammen, bewusst entscheiden können, wann die Endphase beginnt; sie können nur eines Tages bemerken, dass sie begonnen hat.

Doch schlussendlich sei nicht wichtig – meint auch Parin –, ob es die Analysandin oder die Analytikerin war, die das «<Ende der Analyse> eingeführt hat. Sobald es aber da ist, darf der Analytiker dieses Phänomen nicht mehr aus den Augen verlieren» (Parin, 1981, S. 53f.). Parin vertritt in verschiedener Hinsicht, dass «der Abschluss der Analyse vom Analytiker eine entschlossene Haltung verlangt» (S. 50), gegenüber allen Seiten: den Wünschen der Analysandin, den Wünschen der Angehörigen, gegenüber dem eigenen beruflichen Ehrgeiz. «Die Furcht vor der Kritik von Angehörigen der Analysanden, vor der Kritik von Kollegen, von anderen Analysanden, von Klinikchefs und Vorgesetzten kann uns so weit verwirren, dass wir eine zu grosse Aktivität oder ein schädliches Hinauszögern entwickeln.» (Parin, 1981 S. 51) Der Analytiker müsse sich einzig an der Logik des psychoanalytischen Prozesses orientieren, und nur diese sollte ihn dazu führen, den Prozess des Abschlusses einzuleiten.

Man könnte also sagen, kommt die Begrenzung nicht von aussen oder von der Analysandin, so ist es die Aufgabe der Analytikerin, das Ende zu thematisieren und

damit das Realitätsprinzip einzuführen. Ansonsten verharren beide «in der Illusion einer unendlichen endlichen Analyse» (Parin, 1981, S.58). Vielleicht hilft die Vorstellung, dass es dabei manchmal wie im schöpferischen Prozess eines Kunstwerks sein kann, dass er «in einem bestimmten Moment unterbrochen werden muss, um nicht das ganze Geschaffene zu verderben» (Parin, 1981, S.46).

Ist die Idee des Endes einmal eingeführt, müsse die Analytikerin von nun an «darauf gefasst sein, dass jeder Schritt in der Analyse durch diese Idee irgendwie beeinflusst oder mitgestaltet sein kann, eine Idee, die fast immer eine starke libidinöse und aggressive Besetzung erfährt» (Parin, 1981, S.54). Auf keinen Fall solle die Analytikerin in dieser Phase ihre Haltung verändern; dann werde die Abschlussphase unbewusste Wünsche und Konflikte auftauchen lassen können, die bisher noch nicht deutlich und greifbar wurden. Dazu gehören auch signifikante Reaktionen oder Regressionen der Analysandinnen und das Wiederauftreten scheinbar schon überwundener Symptome.

Auftrieb, Surfen, Kofferpacken

Winnicott hatte Piggie aus dem Nest der Analyse geschubst, nicht darauf gewartet, bis sie aus eigenem Antrieb das Nest der Analyse verlassen wollte. Egal ob oknophile Nesthockerin oder philobatische Nestflüchterin, damit der Abflug möglich wird, muss die Analysandin fähig sein, «aus eigener Kraft zu fliegen», wie Quinodoz (1991, S.244) formuliert, oder noch besser, in der wörtlichen Übersetzung aus dem Französischen: sie muss «auf eigenen Flügeln fliegen» können. Die Bewegung, die der Analysandin den Abflug ermöglicht, bezeichnet Quinodoz als «Auftrieb»; wurde die Analysandin zunächst von der Analytikerin getragen und hatte von ihr den Auftrieb erhalten, so ist sie am Ende der Analyse fähig, sich selbst den Auftrieb zu geben, sich selbst zu tragen (wobei Quinodoz einschränkend festhält, dass dieser Punkt nicht in jeder Analyse erreicht werden könne).

Diese Fähigkeit wurde insbesondere in den wiederkehrenden Trennungserfahrungen der Analysandin von der Analytikerin erprobt und konsolidiert. Diese Freude an der Fähigkeit zu fliegen, die auf den Abschluss hinführt, ist nicht mit der narzisstischen Größenphantasie, fliegen zu können, zu verwechseln. Der Unterschied liegt darin, dass die Freude am Auftrieb, an der Fähigkeit selber zu fliegen, auch die Trauer der depressiven Position enthält. Diese taucht auf, wenn wir uns bewusstwerden, «dass unser Leben – ebenso wie das des Objekts – Anfang und Ende hat, weil wir den eigenen Tod und die Vergänglichkeit des Objekts wahrnehmen und einsehen, dass auch die Beziehung zum Analytiker ein Ende nehmen wird» (Quinodoz, 1991, S.245). Das Gefühl des Auftriebs werde von der Analysandin erst entdeckt, wenn sie in ihrem

Seelenleben so «beweglich» (S. 249) geworden sei, dass sie in der Lage ist, das Objekt zu entidealisieren und auch auf die eigene Omnipotenz zu verzichten und ihre eigenen Grenzen anzuerkennen.

Die Einsicht in diese Begrenztheiten und die Fähigkeit, diese zu akzeptieren, ist die Kehrseite und Voraussetzung der Lebendigkeit, die die Analysandinnen in der Analyse entwickeln können. Diese Lebendigkeit versucht Quinodoz (1991) in körpernahen Metaphern zu fassen: «Beweglichkeit», «Auftrieb», Bewegungen «wie ein Surfer, der seinen Schwung aus der Welle holt». Ganz ähnlich beschreibt auch Winnicott das Erleben des wahren Selbst als «die Erfahrung des Lebendigseins» (1960, S. 194), die «von der Lebendigkeit der Körpergewebe und dem Wirken von Körperfunktionen, einschliesslich der Herzarbeit und der Atmung» (S. 193) herrührt. Steht diese psychosomatische Beweglichkeit zur Verfügung, so ist es möglich, «umgehend die notwendigen <Haltungskorrekturen> vorzunehmen» (Quinodoz, 1991, S.250) und das Gleichgewicht zu halten, wie der Surfer auf dem Brett.

Das Gegenbild dazu ist bei Quinodoz (1991) die Angst vor dem Schwindel. Diese führt dazu, Sicherheit «im Statischen oder Bleibenden» suchen zu wollen. Starre und Stillstand sind Manifestationen des Todes. Wer sich hingegen der Beweglichkeit hingeben und seinen eigenen Impulsen trauen und diesen folgend die «notwendigen Haltungskorrekturen» vornehmen kann, muss den Schwindel nicht mehr fürchten; den Schwindel, den früher noch der Blick ins Offene und Freie auslösen konnte.

Die freie Bewegung, das Spiel mit dem Schwindel, sich aus dem Gleichgewicht bringen lassen und das Gleichgewicht wiederfinden, wird dann möglich, wenn die idealisierenden Besetzungen der Analytikerin zurückgenommen werden, wodurch – wie wir schon gesehen hatten – das eigene Selbst gestärkt, aber auch in die Lage versetzt wird, die eigene Begrenztheit anzuerkennen. Dies bedeutet nicht den Verlust des idealisierten Objekts, sondern seine Transformation zu einem guten Objekt. Und ein gutes Objekt ist im Unterschied zu einem idealisierten Objekt auch ein sterbliches.

Diesen Prozess zum Ende der Analyse hin bezeichnet Quinodoz mit einer weiteren treffenden körpernahen Metapher als «Zusammenholen des Ich» (1991, S.251). In Träumen komme diese Arbeit, in der sich das Ich «reorganisiert» und «nach Vereinheitlichung sucht» (S. 263), in Szenarien der Abreise zum Ausdruck, in denen Koffer gepackt werden, aber nicht alles mitgenommen werden kann – das Ich muss auch darauf verzichten können, alles mitnehmen zu wollen.

Muss die Analyse aus äusseren Gründen verfrüht zu einem Ende kommen oder konnte sie gar nicht in einer höheren Frequenz geführt werden, so konnte – um in Quinodoz Bild zu bleiben – noch gar nicht alles ausgepackt werden oder die Koffer müssen vorzeitig wieder gepackt und unerledigte Themen so gut wie möglich wieder verstaut werden.

Zeit und Raum

In Kinderanalysen machen wir oft besonders deutlich die Erfahrung, dass, wenn das Kind in der Analyse zu spielen gelernt hat und man meint, nun könne die analytische Arbeit so richtig losgehen, sie dann in Wahrheit schon fast am Ende ist, weil das Wichtigste, die Spielfähigkeit des Kindes zu ermöglichen, erreicht ist. Dann, wenn es so richtig angenehm in der Analyse wird und es ewig so weitergehen könnte, steht bereits der Elefant der Beendigung im Raum, nur haben wir ihn noch nicht gesehen.

Der Elefant im Raum ist die Endlichkeit, und damit auch die Dimension der Zeit. Parin (1981) erwähnt als typische Aufgabe am Ende einer hochfrequenten Analyse, das verlorene Zeitgefühl wiederzugewinnen. Doch ist die Zeitlosigkeit der Analyse nicht ungefährlich; Quinodoz (1991) verweist mit Freud auf die heilsame Qualität der Dimension Zeit: wenn sich die Zeitvorstellung herausbilden kann, steht sie für die Bewältigung der traumatischen Angst zur Verfügung, für welche der unbegrenzte Raum der Zeitlosigkeit zugleich der Raum der traumatischen Angst war, in dem diese sich ausbreiten konnte. Der in der Analyse entstehende «raumzeitliche psychische Beziehungsraum» (Quinodoz, 1991, S. 256), der «von grundsätzlich anderer Art ist als jener, in dem die Trennungsangst regiert», bildet auch die Grundlage des Auftriebs, der dann das Ende der Analyse ermöglicht. Die Analysandin geht dann im Gefühl, nun «im Raum und in der Zeit zu existieren, sich selbst tragen zu können» (S. 257), sie nimmt am Ende den analytischen Raum als Teil ihres psychischen Raumes mit.

Die Analyse geschieht nicht im individuellen psychischen Raum der Analysandin, meint Thomas Ogden (1989), sondern im «analytischen Raum», der zwischen Analytikerin und Analysandin auf spezifische Art und Weise entsteht, so wie der «Spielraum» zwischen einer Mutter und ihrem Kind. In der Endphase der Analyse komme es dann zu einer «Einengung» des analytischen Raumes in einer Weise, dass der Patient schliesslich erfährt, dass *er selbst* den Raum ausmacht, innerhalb dessen er lebt und in dem sich der analytische Prozess fortsetzt» (Ogden, 1989, S. 191, kursiv i. O.). Dabei komme es, meint Gary Grenell (2004) in Anlehnung an die Traumarbeit, zu einer Verdichtung und Verschmelzung der noch offenen Themen, welche «durch zeitliche Zwänge die potentiell unfassbare Erfahrung in einem fassbaren Container zusammenfallen lässt» (S. 1085)⁴.

Im Umkehrschluss lässt sich also vielleicht auch postulieren, dass es das Ende braucht, damit diese Kompression in einen Container geschehen und die «potentiell unfassbare Erfahrung» zu einer endlichen Erfahrung in Zeit und Raum werden kann, welche die Analysandin mitnehmen kann. Dann wäre die Anerkennung der Endlichkeit der Motor, der die Erfahrung auf etwas reduziert, das fassbar ist und mitgenommen werden kann, während die endlose Analyse im Grunde ein Verbleiben im Unfassbaren wäre.

Was loslassen, was mitnehmen?

Wir gehen davon aus, dass die Analysandin beim Kofferpacken zuallererst die Analyse mitnehmen möchte und in Form der unendlichen Analyse einpacken würde. Darf sie die Analyse aber auch vergessen? Für uns Analytikerinnen ist dies schwer vorstellbar, weil wir die Welt der Analyse gar nie verlassen haben. Als Lehranalytissandinnen haben wir gar keinen Abschied vollzogen und auch die Idealisierung der Zauberkraft der Analyse nie ganz aufgegeben. Für uns ist die Selbstanalyse zumindest in der Analyse unserer Gegenübertragungsreaktionen sogar berufliche Pflicht. Doch die Welt aller übrigen Analysandinnen ist eine andere.

Für sie passt vielleicht eher das Gleichnis vom Floss aus einer Unterweisung des Buddha (1979, S.276f.): Ein Mann kam auf seiner Reise zu einem grossen Gewässer, dessen hiesiges Ufer gefährlich und voller furchterregender Dinge war und dessen jenseitiges Ufer frei von solchen Gefahren schien. Weil es keine Fähre oder Brücke gab, um zum anderen Ufer zu gelangen, baute sich der Mann ein Floss und setzte damit über. Der Buddha wirft nun die Frage auf, was der Mann mit seinem Floss nach der Überfahrt tun sollte. Sollte er es mit sich tragen, falls er wieder einmal ein Gewässer zu überqueren hätte, weil es so nützlich war? Oder es zurücklassen? Das Floss steht in dieser Parabel für das Dharma, den buddhistischen Weg zum wahren Selbst, und Buddhas Antwort auf die Frage lautet: Das Floss wie das Dharma (oder die Analyse) dienen der Überfahrt, nicht dem Festhalten. Sich an etwas festzuhalten ist der falsche Weg, weil er die grundsätzliche Vergänglichkeit und damit aber auch die Veränderbarkeit aller Phänomene negiert.

Festhalten versus Veränderung ist eine Dialektik der psychischen Entwicklung. An Quinodoz (1991) anknüpfend könnte man sagen: Wer beim Surfen gelernt hat, beweglich Korrekturen der Haltung vorzunehmen, das Gleichgewicht zu wahren oder wieder herzustellen, braucht nicht unbedingt ein Surfbrett mit sich herumzuschleppen. Manche werden die Zeit der Überfahrt in Erinnerung behalten, manche sogar über die Fähigkeit zur Selbstanalyse verfügen, manche werden ihr Boot verstecken und vielleicht wiederkommen, viele werden die Analyse zurücklassen und weiter gehen.

Literatur

- Buddha (2001). *Die Lehrreden des Buddha aus der Mittleren Sammlung*. Jhana.
- Dantlgraber, J. (1982). Bemerkungen zur subjektiven Indikation für Psychoanalyse. *Psyche*, 36, 193–225.
- Epstein, M. (2011). *Gedanken ohne Denker: Wechselspiel Buddhismus Psychoanalyse*. Windpferd.
- Freud, S. (1923b). *Das Ich und das Es*. GW XIII, S. 237–292.

- Freud, S. (1937c). *Die endliche und die unendliche Analyse*. GW XVI, S. 59–99.
- Grenell, G. (2004). Die Endphase der psychoanalytischen Behandlung im Spiegel des Traums. *Psyche*, 58, 1063–1088.
- Grieser, J. (2018). *Der Tod und das Leben: Vergänglichkeit als Chance zur Entwicklung von Lebendigkeit*. Psychosozial.
- Hesse, H. (1973). *Das Glasperlenspiel*. Suhrkamp.
- Küchenhoff, J. (2022). Erwartungshorizonte und Möglichkeitsräume: Gedanken zur psychoanalytischen Supervision. *Forum der Psychoanalyse*, 38, 443–457.
- Money-Kyrle, R. (1971). The Aim of Psychoanalysis. *The International Journal of Psychoanalysis*, 52, 103–106.
- Ogden, T. H. (1989). *Frühe Formen des Erlebens*. Springer.
- Ogden, T. H. (2006). Das analytische Dritte, das intersubjektive Subjekt der Analyse und das Konzept der projektiven Identifikation. In M. Altmeyer & H. Thomä, H. (Hrsg.): *Die vernetzte Seele. Die intersubjektive Wende in der Psychoanalyse* (S. 35–64). Klett-Cotta.
- Parin, P. (1981). Das Ende der endlichen Analyse. In P. Parin & G. Parin-Matthèy (Hrsg.), *Subjekt im Widerspruch. Aufsätze 1978–1985* (S. 43–60). Syndikat.
- Pflichthofer, D. (2013). Das Ende der Analyse und die postanalytische Beziehung. *Forum der Psychoanalyse*, 29, 201–222.
- Pinsky, E. (2014). Mortality, integrity and psychoanalysis (who are you to me? Who am I to you?). In C. Masur (Hrsg.), *Flirting with Death: Psychoanalysts Consider Mortality* (S. 141–157). Routledge.
- Quinodoz, J.-M. (1991). *Die gezähmte Einsamkeit: Trennungsangst in der Psychoanalyse*. Brandes & Apsel.
- Schmidbauer, W. (2023). *Animalische und narzisstische Liebe: Zur Paaranalyse der romantischen Bindung*. Klett-Cotta.
- Thomä, H. & Kächele, H. (1985). *Lehrbuch der psychoanalytischen Therapie*. Bd. 1 Grundlagen. Springer.
- Thomä, H. & Kächele, H. (1988). *Lehrbuch der psychoanalytischen Therapie*. Bd. 2 Praxis. Springer.
- Trenk-Hinterberger, S. (2020). *Die letzte Stunde. Wie psychoanalytische Behandlungen enden*. Psychosozial.
- Weilguny, B. (2022). Überlegungen zum Beenden von Psychotherapien – Aufbruch zu neuen Ufern. *Psychotherapie Forum*, 26, 65–72.
- Winnicott, C. (2016). D. W. W.: A Reflection. In R. Adès (Hrsg.), *The Collected Works of D. W. Winnicott: Volume 12, Appendices and Bibliographies*. <https://www.oxfordclinicalpsych.com/view/10.1093/med:psych/9780190271442.001.0001/med-9780190271442-miscMatter-8> [1.12.2020].

- Winnicott, D. W. (1960). Ich-Verzerrung in Form des wahren und des falschen Selbst. In D. W. Winnicott: *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt* (S. 182–199). Fischer.
- Winnicott, D. W. (1980). *Piggle. Eine Kinderanalyse*. Klett-Cotta.
- Zwiebel, R. (2023). Überlegungen zum psychoanalytischen Arbeitsmodell in der Lehranalyse. *Psyche*, 77, 222–249.
- Zwiebel, R. & Weischede, G. (2023). *Daseinsanalyse, Psychoanalyse und Buddhismus im Gespräch: Reflexionen über Anfang und Ende*. Psychosozial.

Anmerkungen

- 1 Für eine flüssigere Lesbarkeit unterscheide ich meist nicht Analyse und Psychotherapie und verwende «die Analytikerin» als Platzhalter für alle Formen von Analytiker :innen und Psychotherapeut :innen bzw. «die Analysandin» für Analysand :innen und Patient :innen.
- 2 Hesses Gedicht «Stufen» beschreibt das Leben als Abfolge von Abschieden und Neuanfängen, wobei selbst der Tod noch etwas Neues eröffnen kann. Der Zauber, der jedem Anfang innewohnt, schreibt Hesse, beschütze uns und helfe uns zu leben. Das Gedicht schliesst mit den auch für unser Thema treffenden Zeilen: «Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ... / Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!» (S. 482)
- 3 «Aber der Patient befindet sich in einer Zwickmühle, wenn der Helfer Angst vor dem Ende hat. Die Fähigkeit, die eigene Sterblichkeit zu berücksichtigen, womit ich die menschliche Schwäche und Begrenztheit in jeder Hinsicht meine, definiert vielleicht die Fähigkeit, ein guter Hüter der therapeutischen Situation zu sein.» (Übers. J. G.)
- 4 Dazu und generell zur Dynamik der letzten Stunde vgl. Trenk-Hinterberger, 2020.

Angaben zum Autor

Jürgen Grieser, Dr. phil., Psychologe, Psychoanalytiker, Paar- und Familientherapeut, Supervisor und Dozent am Psychoanalytischen Seminar Zürich. Buchveröffentlichungen zu den Themen Vater, Triangulierung, Kreativität, Psychotherapie mit Jugendlichen, Elternarbeit, Tod und Lebendigkeit.

E-Mail: mail@grieser.ch