

Lucy K. Ackerknecht

## Frühe Kindheitserinnerungen und ihre Bedeutung für die Lebensstilanalyse

IHP Manuskript 7801 F \* ISSN 0721-7870

---

### **IHP Bücherdienst**

Schubbenweg 4 \* 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 \* Fax 02403 20447

eMail [office@ihp.de](mailto:office@ihp.de) internet [www.buecherdienst.ihp.de](http://www.buecherdienst.ihp.de)



Lucy K. Ackerknecht

## Frühe Kindheitserinnerungen und ihre Bedeutung für die Lebensstilanalyse

In den folgenden Ausführungen möchte ich einige Thesen zur Auswertung von Früherinnerungen (FE) aufstellen. Dabei soll auf die Bedeutung der Früherinnerungen für die Lebensstilanalyse eingegangen werden. Die Thesen sind das Resultat langjähriger Beobachtungen an Patienten und Lehranalysenden. Ich präsentiere die Thesen als Hypothesen, die ihrer Prüfung noch bedürfen. Die Beachtung dieser Thesen werden dem schöpferischen Therapeuten in seiner Diagnose und Therapie hilfreich sein.

Zur Diskussion stehen die folgenden Annahmen oder Arbeitshypothesen:

1. Optimale Information erhält man von sieben Erinnerungen.
2. Diese sieben FEn können in drei Themen- oder Entwicklungsblöcke unterteilt werden.
3. Sind FEn vor dem 6. oder 7. Lebensjahr nicht vorhanden, dann kann angenommen werden, daß die Realität der frühen Kindheitsjahre nicht mit dem fiktiven Bild derselben übereinstimmt.
4. Verändern sich Früherinnerungen bei Wiederholung, global oder im Detail, dann ist das auf Änderungen des Lebensstiles zurückzuführen. Die Änderungen der Früherinnerungen können zudem auf noch nicht abgeklärte Problembereiche hinweisen.
5. Eine sich plötzlich ändernde Einstellung zum Leben spiegelt sich in veränderten FEn wider.
6. Es ist von therapeutischem Wert, dem Patienten anhand der in den FEn reflektierten Entwicklungslinie sein zunehmendes soziales Interesse zu zeigen.

Seit 1907 war es *Adlers* Überzeugung, daß der Mensch aktiven Anteil an der Auswahl seiner Erinnerungen hat. Es gibt keine Zufallserinnerungen. Aus den unzähligen Eindrücken, die der Mensch während seiner Kindheit erfahren hat, wählt er zum Zeitpunkt der Erinnerung nur diejenigen aus, von denen er – wenn auch noch so unklar – fühlt, daß sie im Augenblick für ihn von Bedeutung sind. Die Erinnerungen verkörpern eine Lebensgeschichte, die sich der Mensch selbst gemacht hat, die er sich immer wieder selbst suggeriert. Die unpassenden „objektiven“ Lebensgeschichtsdaten werden mit Hilfe des Apperzeptionsschemas tendenziös gefiltert, d. h., sie werden verändert oder weggelassen.

Die kunstvoll filterten Daten der Lebensgeschichte werden vom Architekten, – dem Lebensstil – nicht minder kunstvoll neu zusammengefügt und ergeben eine stimmige, (privat)-logische Lebensgeschichte. Diese tendenziös apperzipierte, schöpferische Lebensgeschichte erlaubt dem Menschen, sich auf sein Ziel zu konzentrieren.

*Adler* sieht in den Früherinnerungen im Gegensatz zu *Freud* zweckentsprechende Konstruktionen, Konstruktionen, die die Mittel und Wege heiligen, mit denen das Individuum seine Ziele anstrebt. *Freud* dagegen war der Auffassung, daß Früherinnerungen Verkleidungen traumatischer Geschlechterlebnisse sind.

*Mosak & Kopp* (1973, S. 157–166) beschäftigen sich ausführlich mit dieser Diskrepanz in ihrer vergleichenden Analyse der Früherinnerungen bei *Adler*, *Freud* und *Jung*. In der Lebensstilanalyse wird nach ausgesprochen einmaligen Ereignissen gefragt. Die chronologische Lebensgeschichte wird später registriert. Mitteilungen aus der frühen Lebensgeschichte beginnen häufig mit „ich pflegte zu . . .“, oder „als kleines Kind hatte ich die Angewohnheit . . .“, etc. Brauchbare FEn beginnen mit: „Einmal . . .“, „es geschah als ich klein war . . .“ oder mit ähnlichen Einführungen. FEn werden kurz registriert. Das ungefähre Lebensalter wird notiert. Gelegentlich umfassen Früherinnerungen mehrere Elemente.

Der Therapeut fragt nach dem Höhepunkt, oder dem wichtigsten Aspekt. Das Gefühl, welches die Früherinnerung begleitet, wird ebenfalls erfragt und notiert. FEn sind sehr wichtig in der psychologischen Lebensstilanalyse. Unter anderem enthüllen sie den Wunschtraum oder ein Machtziel, deren sich das Individuum nicht ganz oder auch gar nicht bewußt ist.

FEn, und dies muß immer wieder betont werden, sind keine objektive Beschreibung vergangener Ereignisse, sondern spiegeln gegenwärtige Haltungen und Intuitionen wider.

Der Lebensstil bildet und festigt sich im Kleinkindalter (*Adler*, 1930, S. 81), aufgrund einer gegebenen inneren und äußeren Umgebung, die das Kind seinen Meinungen und Erwartungen entsprechend „schöpferisch“ auswertet.

Die Lebensstilanalyse ist der Schlüssel zum Verstehen des Menschen.

In ihrer langjährigen klinischen und lehranalytischen Tätigkeit inner- und außerhalb der Vereinigten Staaten, hat die Autorin sich mit FEn von mehreren hundert Fällen beschäftigt. Dabei hat sie folgende Erkenntnisse gewinnen können:

1. *Eine einzelne FE erlaubt gewisse Einsicht in den Charakter eines Menschen, seine menschlichen Beziehungen und Erwartungen. Mehrere FEn hingegen geben differenzierten Aufschluß über den Lebensstil. Optimale Information erhält man von 7 Früherinnerungen. Papanek empfiehlt fünf bis zehn FEn* (Papanek, H., 1972).

Ein 47jähriger Theologe, Vater von drei Kindern, erzählt als früheste Erinnerung: Ich fahre im Alter von vier Jahren zu den Großeltern in einem dunklen, geschlossenen Wagen. Ich sehe mich dann Stufen hinaufsteigen. Oben stehen Großvater und Großmutter. Höhepunkt ist, den geliebten Großeltern näher zu kommen, zu ihnen hinauf zu kommen, das Gefühl ist Glückseligkeit. Er strebt nach oben, aus dem Dunkeln heraus, nach Geborgenheit, (wahrscheinlich nach Verwöhnung). Der Rest der Welt ist abgeschlossen.

Zweite FE: (Alter drei bis vier Jahre, etwas später als FE 1) Das Kind sitzt mit seiner Familie in der Kirche. Es verläßt seinen Sitz, um sich unter die Kanzel zu setzen, von der aus der Großvater predigt. Gefühl: Wohlbehagen.

Die Gemeinschaft (Familie) wird verlassen. Er strebt dem Besonderen zu, muß sich aber klein und bescheiden im Schatten eines anderen sonnen.

In der dritten Erinnerung, im Alter von 5 Jahren, erzählt er von den Leuten, die oben im Haus wohnten. Sie waren gut zu den Kindern und verwöhnten ihn, sowie seinen kleinen Bruder. Die Mutter erzählte diesen Nachbarn von einer Ungezogenheit der Kinder. Kurz darauf war Weihnachten. Der Weihnachtsmann wußte plötzlich von der Ungezogenheit. Das Kind wunderte sich, wie der Weihnachtsmann – der natürlich der Nachbar

war – davon wissen konnte. Diese Verwunderung war das bemerkenswerte Gefühl dieser Früherinnerung. Neugier und Forschungsdrang können nunmehr als neue Komponente des Lebensstils hinzugefügt werden.

In der nächsten und 4. Erinnerung ist das Kind schon fast 6 Jahre alt. Die Eltern wollten abends ausgehen, und die Großeltern sollten auf die Kinder aufpassen. Als die Eltern das Haus verließen, fingen die Kinder, trotz der Anwesenheit der Großeltern, fürchterlich an zu schreien. Im nachhinein noch ist das Gefühl; Enttäuschung und Frustration über das Ausgehen der Eltern. Diese Erinnerung reflektiert wahrscheinlich den jetzigen Wunsch, die Mitmenschen beherrschen zu wollen.

Die 5. Früherinnerung geht auf dasselbe Alter zurück. Die Gemeindeschwester kam die Mutter besuchen, es war sehr kalt und die Straßen waren vereist. Die Schwester hatte Wollsocken über ihre Schuhe gezogen, um nicht auszurutschen. Das Kind war sehr erstaunt darüber. Dies zeigt uns wieder ein Interesse an der Umwelt und eine gewisse Wißbegier.

In der 6. Früherinnerung war das Kind sechs Jahre alt und erinnert sich an den ersten Schultag. Während andere Kinder große Schultüten mit Süßigkeiten bekamen, hatte unser Junge nur einige Süßigkeiten in einer ganz gewöhnlichen Tüte. Er war enttäuscht. Dies zeigt eine gegenwärtige Haltung: Die Welt ist mir gegenüber ungerecht.

In der 7. Früherinnerung, auch im 6. Lebensjahr, erhielt der Knabe eine Pfadfinderuniform und zeigte sich darin stolz auf der Straße. Dies reflektiert die Haltung, durch äußere Erscheinung Eindruck zu machen. Andererseits kommt hier eine Gruppenidentifikation zum Ausdruck. Die Entwicklung zeigt in eine positive Richtung. Soziales Interesse und Gemeinschaftsgefühl entwickeln sich stärker.

Wir können nun die 7 FEn des Pfarrers zusammenfassen. Die 1. FE zeigt uns, wie er nach dem Ziel, möglichst unbeschränkt geliebt und verwöhnt zu werden strebt. Dieses Ziel ist schwer zu erreichen, und wegen dieser Schwierigkeit schließt er weitgehend andere Menschen aus seiner Umgebung aus. Die FEn 2–7 reflektieren die gegenwärtigen Lebensstilzüge, nämlich das Gefühl des Kleinseins und der Bedeutungslosigkeit, das mit der Teilnahme an anderer Menschen Ruhm kompensiert wird. Weiter wird das Suchen nach Wissen und Verstehen reflektiert sowie der Wunsch, andere zu beherrschen. Er fühlt sich ungerecht behandelt und versucht sein Selbstwertgefühl jetzt durch äußere Erscheinung und Gruppenzugehörigkeit zu stärken.

2. *Die ersten zwei oder drei Erinnerungen reflektieren oft die gegenwärtigen Lebenshaltungen und Ziele. Die nächsten zwei oder drei zeigen die Richtung, in welche die Entwicklung geht, während die letzten ein oder zwei der 7 FEn gewöhnlich den Prozeß der sozialen Reife und zunehmenden Kooperation mit andern widerspiegeln.*

Ein 47 Jahre alter Schulrektor, der verheiratet ist und ein Kind hat, berichtet als erste FE, daß er als zweijähriges Kind mit einer Erkältung das Bett hüten mußte. Er hörte andere Kinder vor seinem Fenster spielen. Barfuß kletterte er aus dem Fenster, um am Spiel der anderen teilzunehmen. Er hatte sich ungerecht eingesperrt gefühlt. Hier war das Gefühl des Ungerecht-ingesperrt-seins wichtiger als das Risiko, das er einging, indem er etwas dagegen tat.

In der 2. FE, im Alter von vier bis fünf Jahren, spielt das Kind mit seinem zehn Monate älteren Vetter. Sie gruben Löcher in den Sand, um sie mit Murmeln zu füllen. Er mußte die grobe Arbeit machen, während der Vetter die spezialisierte Feinarbeit leistete. Dar-

über ärgerte sich der Klient. Er stieß den Vetter zur Seite und wurde dafür vom älteren Bruder des Veters geschlagen. Er stieß diesen älteren Bruder dann mit Füßen. Das berichtete Gefühl war das gleiche wie in der 1. FE, nämlich daß er ungerecht behandelt wird und zwar diesmal, weil er die grobe Arbeit machen mußte. Selbst wenn ich mich verteidige, meint er, bin ich erfolglos.

Die 3. FE geht auf das 4. Lebensjahr zurück. Es handelt sich hier um einen Besuch bei den Großeltern. Man saß am Kaffeetisch und irgend jemand tat drei große Löffel voll Salz statt Zucker in seinen Kaffee. Alle versuchten, ihn zu bewegen, diesen Kaffee zu trinken. Dann kostete der Großvater den Kaffee und spuckte ihn entsetzt aus und fluchte. Er tröstete den kleinen Jungen. Die Gefühlsbetonung dieser Erinnerung ist außerordentlich große Hilflosigkeit. Sie reflektiert die gegenwärtige Lebensstilhaltung: „Die Welt ist ungerecht, man macht sich über mich lustig, weil ich klein und dadurch hilflos bin.“ (Der Rektor ist in der Tat klein, und erheblich kleiner als seine Frau.)

In der 4. FE ist der Knabe schon sieben bis acht Jahre alt. Sein Bruder ärgert ihn und er sticht den Bruder mit einer Gabel und verletzt ihn. Das verursacht Schuldgefühle in ihm. Danach ist er diesem älteren Bruder gegenüber besonders freundlich. Die Gefühlsbetonung dieser Erinnerung ist Ärger und damit verbundenes Schuldgefühl.

Neu in dieser 4. Erinnerung ist der erfolgreiche Versuch, mit einer ungerechten Situation fertig zu werden, wenn auch die Handlungsweise negativ ist. Durch das Schuldgefühl versucht er, die negative Handlung wieder gut zu machen.

Nun kommen wir zur 5. FE. Im Alter von fünf Jahren hat der Knabe sich das Schwimmen, ohne Wissen seiner Eltern, selbst beigebracht. Dann ging seine Mutter mit ihm zum Schwimmbad und er schwamm zu ihrem Entsetzen in den tiefen Teil des Schwimmbassins. Von dort schrie er: „Hilfe, Hilfe, ich ertrinke!“ Bleich vor Schreck versuchte die Mutter, ihn zu retten. Von diesem Schreck erkrankte sie. Das erinnerte Gefühl war Stolz über die gelungene Tat. Er glaubte sich zu erinnern, daß es sich um keinen Machtkampf handelte. Wie in der 4. FE können wir auch hier eine Entwicklung beobachten, in der das Kleinsein durch außerordentliche Erfolgshandlung, die obendrein noch dramatisiert wurde, überwunden werden soll...

In der 6. FE, in der das Kind nunmehr sechs Jahre alt ist, erinnert es sich, einen jüngeren Knaben verteidigt zu haben, indem es den Angreifer verprügelte. Dies zeigt uns die Entwicklungsrichtung, das Selbstwertgefühl nimmt zu, größeres Sozialinteresse ist bemerkbar und diesmal nicht in seiner Pseudoform: Schuld. Es ist noch immer eine leichte Überkompensation zu bemerken. „Wenn ich auch klein bin, so kann ich doch größere Kinder verprügeln.“

In der 7. FE, sechs bis sieben Jahre alt, spielt er mit anderen Kindern auf dem Eis. Ein Knabe bricht ein und der spätere Rektor rettete ihn. Er ist stolz darauf. Auch dies läßt uns wieder, wie in der 6. FE, das zunehmende Selbstwertgefühl und wachsende Interesse für die Mitmenschen beobachten.

Wir haben hiermit gezeigt, daß die ersten drei FEn die gegenwärtige Lebenseinstellung zeigen. In dieser Serie reflektieren sie ungerechte Behandlung und Frustration. Die nächsten zwei FEn zeigen uns die Entwicklungsrichtung. Das Minderwertigkeitsgefühl und das Gefühl, ungerecht behandelt zu sein, werden durch gewagte Handlungen, verbunden mit Schuldgefühlen und Gefühlen des Bedauerns, kompensiert und überkompensiert. Die letzten zwei Erinnerungen hingegen lassen uns das wachsende Gemeinschaftsgefühl in den Versuchen, hilfreich zu sein und andere zu verteidigen, sehen. Noch nicht ganz si-

cher ist, ob diese Handlungen wirkliches Gemeinschaftsgefühl widerspiegeln, oder ob sie der Selbstverherrlichung dienen. Wir können annehmen, daß es sich in der Tat um eine Kombination der beiden Motive handelt.

3. *Wenn das Erinnerungsvermögen eines zumindest normal intelligenten Menschen nicht weiter als auf das 6. oder 7. Lebensjahr zurückreicht, so kann das auf Widerstand gegen den Interviewer beruhen. In den meisten Fällen ist es jedoch ein Anzeichen dafür, daß die Wirklichkeit der frühen Kindheitsjahre nicht dem von ihm subjektiv gesehenen Charakter der Lebensgeschichte entspricht, auf dem sein Lebensstil basiert.*

Eine 46jährige geschiedene Sozialarbeiterin, die in einer großen Firma unter starkem Konkurrenzdruck arbeitet, war acht Jahre lang verheiratet; die Ehe blieb kinderlos. In ihrer frühesten Erinnerung, im Alter von sieben Jahren, hörte sie, wie ihre Großmutter mütterlicherseits sagte: „Der Vater schenkt dem Mädels nicht genügend Aufmerksamkeit.“ Darüber war sie traurig. Die Grundkomponente des Lebensstils hier heißt: „Ich werde nicht genügend geliebt und anerkannt.“

Die 2. Erinnerung, bei der sie etwas jünger war, wurde von ihr mit der folgenden Bemerkung eingeleitet: „Aber was jetzt kommt, war positiv.“ Der Bischof kam in die Schule und sie durfte zu Ehren dieses Besuches ein Gedicht aufsagen. Darüber war sie sehr stolz. Dies scheint damit mitzuteilen, daß sie nur dann genügend Anerkennung finden kann, wenn sie als eine außerordentliche Person auftritt.

Die 3. Erinnerung wird wieder spät, also im Alter 6 oder 7 berichtet. Sie leitet diese mit den folgenden Worten ein: „Möchten sie diese auch noch hören?“ Bei einem alljährlich stattfindenden Karneval und Wettschießen wurde sie zur Schützenkönigin erwählt. Dies verursachte in ihr ein erhabenes Gefühl der Begeisterung. Auch diese Erinnerung spiegelt ihren jetzigen Lebensstil wider, indem sie meint, sie könnte nur Anerkennung finden, wenn sie eine außergewöhnliche Person ist und allen anderen Menschen gegenüber ihre Überlegenheit zeigen kann.

Bei dem nächsten Ereignis, an das sie sich erinnern kann, nämlich FE 4, ist sie schon 14 Jahre alt. Im Krippenspiel personifiziert sie die heilige Maria. Während der Generalprobe verfängt sich ihr Schleier in einem Haufen Stroh und zieht diesen mit sich. Wieder spielt das Mädchen eine Hauptrolle, jedoch ist sie diesmal sehr verlegen.

In den bisherigen Erinnerungen 1–4 wurde mit einer einzigen Ausnahme nichts über ihre emotionale Beziehung zu ihren Familienmitgliedern erfahren. Die Ausnahme bezog sich auf den Vater, von dem gesagt wurde, daß er sie nicht genügend beachte. Man bekommt den Eindruck, daß sich die Sozialarbeiterin von ihrer Familie verstoßen fühlt und glaubt, nur anerkannt zu werden, wenn sie eine außergewöhnliche Führerrolle außerhalb des Familienkreises spielen kann.

In der 5. Erinnerung ist sie schon 15 Jahre alt und eine Jugendgruppenführerin. Die Knaben der Führergruppe machen sich über sie lustig, weil sie so leicht errötet. Sie fühlt sich dabei so beschämt, daß sie die Jungen umbringen könnte. Wieder gehört sie einer Elite an und erweckt besondere Aufmerksamkeit. Diesmal ist sie weniger mutig. Um Aufmerksamkeit zu gewinnen, muß sie erröten.

Wäre FE Nr. 5 die letzte der Serie gewesen, hätte man annehmen können, daß diese Sozialarbeiterin tatsächlich von ihrer Familie nicht geliebt wurde, daß sie ein unwichtiges Mitglied der Familie war und daß sie tatsächlich emotional nicht in die Familie gehörte.

Ihre gegenwärtige Lebenshaltung, die in diesen Erinnerungen widergespiegelt wird, ist: „Ich kann nicht zu einer Gruppe gehören, wenn ich nicht die wichtigste Person darin

bin.“ Trotz dieser Meinungen konnte auf Grund anderer Lebensstilinformationen und auf Grund von Berichten ihrer Lebensgeschichte schon angenommen werden, daß diese Person höchst wahrscheinlich ein Kind war, das von der ganzen Familie während der frühen Kindheit sehr verwöhnt worden war, und daß sie sich unter keinen Umständen dieses verwöhnenden Familienmilieus erinnern darf, weil es nicht in ihren sich selbst bemitleidenden und nach Außergewöhnlichkeit und Überlegenheit strebenden Lebensstil paßt. Erfahrungsgemäß sollte diese Haltung in der 6. und 7. FE weitergeführt werden. Im Fall unserer Sozialarbeiterin ist das nicht der Fall. Sie ist in der Lage, ihre außerordentliche und Mitleid erregende Haltung zu durchbrechen.

In der 6. FE erinnert sie sich plötzlich an ein Ereignis ihres 3. Lebensjahres. Erstaunlicherweise erkennt sie selbst ihren Widerstand gegen diese FE indem sie sagt: „Diese habe ich Ihnen verheimlicht.“ – Sie erinnerte sich daran, daß sie zu dem schönen Heim ihrer Großeltern und ihrer Tante ging. Sie blieb dort bis nach der Geburt ihrer Schwester. Sie fügte hinzu, daß sie eigentlich bis zum 12. Lebensjahr dort wohnte, und daß sie nur an Wochenenden nach Hause ging. Sowohl zu Hause, wie bei den Großeltern sei sie verwöhnt worden. Ihre Schwester war sehr neidisch, daß sie nicht bei den Großeltern wohnen durfte. – Die Sozialarbeiterin war im 6. Semester des individualpsychologischen Studiums und darum wahrscheinlich in der Lage, sich an dieser Stelle mit ihrem verwöhnten Lebensstil auseinanderzusetzen.

In der 7. Erinnerung war sie acht bis neun Jahre alt. Sie sagte wörtlich: „Ich erinnere mich daran, wie ich mich von anderen habe bedienen lassen. Ich schickte ein Mädchen aus, das für mich ein Schulheft besorgen sollte.“ Diese Erinnerung betont deutlich den fordernden Lebensstil eines verwöhnten Kindes.

Zu diesen 7 FEn ist zusammenfassend zu bemerken, daß wie in ähnlichen Fällen, in denen Vorschulerinnerungen fehlen, ein verwöhnter Lebensstil vorliegt. Das Kleinkind erhielt behütende Fürsorge, wurde als etwas Besonderes behandelt und erhielt mehr als durchschnittliche Aufmerksamkeit von den Eltern, Großeltern und der Tante. Durch diese Sonderbehandlung entwickelte das hübsche kleine Mädchen ein unersättliches Verlangen nach besonderer Aufmerksamkeit. Noch jetzt, als berufstätige Erwachsene, fühlt sie sich berechtigt, diese Aufmerksamkeit von der Welt zu erwarten und zu fordern. Um zu diesem unerreichbaren Ziel zu gelangen, versucht sie Außergewöhnliches zu leisten. Dadurch macht sie sich das Leben unglaublich schwer und muß letzten Endes doch verlieren.

Wenn sie nun ihre frühe Kindheit so sehen kann, wie sie in Wirklichkeit war, braucht sie sich nicht mehr von den Mitmenschen vernachlässigt zu fühlen. Sie kann die Liebe und Wärme ihrer frühen Kinderjahre noch einmal nacherleben. Dies sollte ihr helfen, mehr Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln. Sie kann sich nunmehr realistischere Ziele setzen.

4. *Es wird angenommen, daß FEn und ihre gefühlsmäßige Färbung sich während einer Behandlung entsprechend dem Lebensstil verändern. In über Jahre ausgedehnten Beobachtungen einer Person, bei denen im Abstand von 6 Monaten oder einem Jahr FEn aufgezeichnet werden, lassen sich nicht nur allgemeine Veränderungen feststellen. Auch bestimmte Problemgebiete, die noch nicht abgeklärt wurden, sind erkennbar.*

Um dies zu belegen, kommen wir noch einmal auf den 47 Jahre alten Schulrektor zurück, dessen FEn wir oben unter 2. mitgeteilt haben. Zwei Jahre nach der obigen Serie seiner FEn erinnerte er sich jetzt wie folgt:

Er war vier Jahre alt. Es war Winter. Er und sein Vater schaufelten Schnee. „Nach dieser Arbeit gingen wir ins Haus, wo wir uns gemütlich hinsetzten. Der Vater rauchte seine Pfeife. Es war eine friedliche Atmosphäre.“

Diese Erinnerung zeigt uns eine positive Entwicklung zu größerer Reife. In der 1. FE der obigen Serie war er krank und fühlte sich ungerechterweise eingesperrt. Die 2. Serie reflektiert eine jetzige Lebenshaltung des Zufriedenseins und des Kameradschaftsgefühles.

In der 2. Serie fand der Vater einen Hund und brachte diesen seinem Sohn als Geschenk nach Hause. Dieser Hund wurde zum kostbarsten Besitz des Knaben. Er band den Hund an einen Strick und führte ihn spazieren. Das Nachbarkind sah ihn und zeigte Neid. Der Knabe verstand nicht, warum man auf ihn eifersüchtig sein sollte . . .

Er erinnerte sich also, daß der Hund etwas war, was man kontrollieren konnte. Man konnte ihn führen und zum Folgen zwingen. In der therapeutischen Sitzung, die dieser Aufzeichnung folgte, konnte festgestellt werden, daß der Patient noch immer das Problem hatte, andere zu viel manipulieren zu wollen. Dies war ein Gebiet, auf dem noch weitere therapeutische Arbeit geleistet werden mußte.

In der 3. Erinnerung ist er vier bis fünf Jahre alt. Sie ist eine Variante der 2. Erinnerung der 1. Serie. Die Kinder spielten Murmeln im Garten. Die Löcher mußten tief und fest sein. Der Vetter machte wieder die Feinarbeit und er selbst mußte die Grobarbeit leisten, weil der Vetter nicht kräftig genug dazu war. Dann spielten die Kinder mit den Murmeln. Der Vetter wollte die Spielregeln ändern und darauf hin wollten die anderen Kinder nicht mehr spielen. „Damit hörte das Spiel auf und wir waren enttäuscht.“ Erst wollten alle zusammen spielen und hinterher kam die Enttäuschung . . .

Die neue Entwicklung in der 2. Serie ist, daß der Knabe, obwohl er klein ist, sich stärker fühlt als sein zehn Monate älterer Vetter. Seine Selbsteinschätzung hat sich in diesen zwei Jahren verändert. Das Selbstwertgefühl ist gewachsen. Diese Erinnerung der 2. Serie handelt von Gruppenaktivität, obgleich diese in gewisser Beziehung enttäuschend ist. Versuche der Gruppenzusammenarbeit waren vorhanden, aber der Knabe fühlte sich frustriert, weil er die Gruppe nicht manipulieren und auch nicht erfolgreich führen konnte.

Die 4. FE im Alter von fünf Jahren zeigt uns den Knaben mit 15 oder 20 anderen auf der Straße Fußball spielen. Die Straße war vom Regen naß. Nach dem Spiel ging er glücklich und zufrieden nach Hause. Dort fand er einen ihm unbekanntem Mann, der der Mutter erzählt hatte, daß er ihn mit Schmutz beworfen hatte. Der Knabe wußte, daß er das nicht getan hatte, sagte dies der Mutter, sie glaubte ihm und er war glücklich, daß die Mutter ihm traute . . .

In der 1. Serie fühlte sich das Kind in den ersten zwei Erinnerungen ungerecht behandelt. Er fühlte sich in der dritten Erinnerung frustriert und in der vierten hatte er einen Streit mit seinem Bruder . . .

In der 2. Serie spielen 20 Kinder glücklich und zufrieden miteinander. Dies dürfte den jetzigen Zustand widerspiegeln, der unseren Rektor in viel besseren Beziehungen mit seinen Mitarbeitern zeigt.

In der 2. Serie hat er das Vertrauen seiner Mutter gewonnen. Wir erfahren gleichzeitig vom Patienten, daß sich das Verhältnis zu seiner Frau in den letzten zwei Jahren bedeutend gebessert hat.

Nun fahren wir mit der 2. Serie fort. In der 5. Erinnerung ist er vier Jahre alt. Der kleine Junge besucht seine Großmutter. Er wurde dort krank und blieb über Nacht. Die zwei



jüngeren Schwestern der Mutter, 12 und 20 Jahre alt, waren auch dort. Er berichtet, daß er mit seiner 12 Jahre alten Tante zusammen im Bett schlief. Er schmiegte sich an sie an. Das erweckte in ihm ein so wunderbares Gefühl, daß er erst gar nicht einschlafen konnte. Dann schlief er doch ein. Er fand das sehr schade . . .

Auch dies reflektiert eine wesentlich bessere Beziehung zur Ehefrau.

Wir sehen, daß der Fortschritt, den der Rektor in den zwei Jahren gemacht hat, deutlich in der 2. Serie der FEn erkennbar ist. Die 1. Serie der FEn spiegelt eine Lebensstilhaltung wider, in der es heißt: „Ich gelte nur und bin damit nur zugehörig, wenn ich unglücklicher bin und ungerechter behandelt werde als andere.“

In der 1. Serie versucht er schon diese Haltung zu überwinden, indem er mutig den Bruder mit der Gabel sticht und indem er sich das Schwimmen selbst beibringt und damit die Mutter zu Tode erschreckt. Dann wird er zum Helden, indem er Schwächere verteidigt und den Ertrinkenden rettet . . .

In der 2. Serie wird ein viel kooperativerer Lebensstil bemerkbar. Er muß sich noch immer mit dem Problem des Kontrollierens auseinandersetzen, aber er hat große Fortschritte in der Richtung der Entwicklung größeren Sozialgefühls gemacht. Er zeigt auch eine sozial gleichwertigere und liebevollere Beziehung zu seiner Frau.

##### 5. *Sich plötzlich ändernde Einstellung zum Leben spiegelt sich in veränderten FE wider.*

In einem Seminar über psychologische Lebensstilanalyse stellt sich ein etwa 40jähriger Student als Fall zur Verfügung. Er hatte sich zu diesem Zweck ein besonderes Kissen mitgebracht, wahrscheinlich um sich über die anderen zu erheben und die „Vorstellung“ eindrucksvoller zu gestalten. Der Student hatte sein Problem bereits in zahlreichen kalifornischen psychologischen „Modegruppen“ vorgestellt. Er hatte all diese „Fad-Gruppen“ sehr ernst genommen. Er ging sogar so weit, daß er über die Produktion seiner Alpha-Gehirnwellen Bescheid wußte und besorgt war. Seine Lebensgeschichte, subjektiv dargestellt, stellte ein Bild großen Jammers dar. Er berichtete, daß er auf dem Lande in einem amerikanischen Südstaat als uneheliches Kind einer 16jährigen Mutter zur Welt kam. Der Vater war unbekannt. Die Mutter gab ihn in einem Waisenhaus ab, von wo er dann von einer „paranoischen“ Großmutter, die aber nicht mit ihm verwandt war, abgeholt wurde. Diese hätte ihn aufgezogen und ausgenutzt. Die angeblich verfolgungswahnsinnige Großmutter nahm später auch noch die Mutter und einen Stiefvater des Knaben zu sich ins Haus. Der Student glaubt, sich erinnern zu können, daß diese Leute ihn auf die Straße geschickt haben, um Süßigkeiten zu verkaufen und damit Geld für die Familie zu verdienen . . .

Diese traurige Geschichte hatte er in allen früheren Gruppen erzählt und damit sein spezifisches Ziel der persönlichen Überlegenheit erreicht, indem er *mehr als alle andern* hat leiden müssen und indem es ihm gelang, großes Mitleid zu erregen. Er konnte sich auch sagen, daß er großes im Leben hätte vollbringen können, wenn er nicht unter so tragischen Verhältnissen gelitten hätte. Sich selbst so unglücklich zu machen, war ein sehr hoher Preis, den er für sein Ziel der persönlichen Überlegenheit zahlen mußte.

In seiner 1. FE war er ein Jahr alt. Er sagte: „Ich stand in meinem Kinderbettchen, hielt mich an den Stangen fest, sprang auf und ab und schrie verzweifelt nach Wasser. Es war sehr heiß und ich war unglaublich durstig. Dann kam mein Stiefvater. Anstatt mir Wasser zu bringen, schlug er mich brutal mit einer Bürste.“

Weitere FEn brachten einen ähnlichen „ich armer Teufel“ zum Ausdruck. In der anschließenden Diskussion versuchten die Seminarteilnehmer ihm seinen Lebensstil mit dem Ziel, außergewöhnlich durch erlittenes Leid zu sein, vor Augen zu führen. Man zeigte ihm auch, wie er sich durch seine Wichtigtuerei interessant machen wollte. In einer vorsichtigen, unterstützenden Weise machte man Vorschläge zur Änderung der Zielsetzung und des gesamten Lebensstiles. Ein Protokoll der Seminarsitzung wurde aufgenommen.

Eine Woche später wurde das Protokoll verlesen und der Student wurde nach seinen Gedanken und Gefühlen in Bezug auf die letzte Sitzung gefragt. Er begann wieder, seine traurige Geschichte zu erzählen, wurde aber unterbrochen; man legte ihm nahe, daß seine Kindheit doch nicht ganz und gar schlecht gewesen sein könne, daß die „Großmutter“ doch irgendwie warmherzig gewesen sein müsse, wenn sie ein verlassenes Kind aufnahm und dann auch noch dessen Mutter und Stiefvater, und daß vielleicht seine Mutter und „Großmutter“ um seine Gunst wetteiferten, nachsichtig waren und ihn verwöhnt hätten. Der Student zeigte daraufhin einen deutlichen Erkennungsreflex und begann diese Hypothese zu stützen. Er sah seine Kindheit nun in einem vollkommen neuen Licht. Jetzt wurde er gebeten, seine erste Erinnerung erneut zu erzählen. Er behauptete, sie doch schon erzählt zu haben, jeder in der Gruppe kenne sie. Auf Drängen erzählte er aber doch das Folgende:

FE 1 (ein Jahr alt): Ich stand in meinem Kinderbettchen, hielt mich am Gitter fest und sprang glücklich auf und ab.

Die ganze Gruppe bemerkte die Änderung und reagierte vergnügt; Der Student wunderte sich, was wohl los sei. Als man ihm den Unterschied zwischen den beiden Ersterinnerungen klar machte, leugnete er ihn und konnte nur dadurch überzeugt werden, daß man das Protokoll der vorhergehenden Woche wieder vorlas, das er gerade am Anfang der Sitzung gehört hatte.

Dieser Zwischenfall zeigt, wie stark die Ersterinnerungen auf die aktuelle Verhaltens-Änderung bezogen sind.

Ein anderes Beispiel einer plötzlichen Änderung der Ersterinnerungen bietet der Fall eines 49jährigen Mannes, verheiratet, mit drei Kindern im Teenager-Alter. Er stellte seinen Fall während eines psychotherapeutischen Adler-Marathons vor. Er erinnert sich:

(Drei Jahre alt) „Ich war wieder zu Hause, an der Nordseeküste Deutschlands. Mein Vater war Tierarzt. Ich wurde in ein schwarzes Kinderbett gelegt.“ Ein ungutes Gefühl! Dann fügte er hinzu: „Ich war traurig, denn ich mochte die Gegend dort nicht und war viel lieber bei meinen Großeltern in den Bergen.“

Nach einer Stunde konzentrierter therapeutischer Arbeit in der Gruppe gelang es ihm zeitweilig, seine negative Einstellung zu seinen Eltern zu ändern; er hatte erkannt, wie ihn seine Großeltern verwöhnt hatten; dann wurde er gebeten, seine Erinnerung nochmal zu erzählen. Er berichtete das Folgende:

„Ich war drei Jahre alt und wurde im Hause meiner Großeltern in den Bergen zu Bett gebracht. Das Kinderbett war braun. Ich fühlte mich sehr wohl, denn ich stand im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit.“

Das negative Gefühl den Eltern gegenüber war nicht mehr dominant. Nicht nur die Gegend, sogar auch die Farbe des Kinderbettes hatte sich geändert, auf eine erfreuliche

Weise. Anscheinend hatte sich aber sein Lebensstil „Verwöhnung“ noch nicht geändert. (Es dauert Jahre, den Lebensstil zu ändern!) Aber für diesen Augenblick hatte er seine negative, anklagende Haltung seinen Eltern und der ganzen Welt gegenüber geändert.

6. *Es hat beträchtlichen therapeutischen Wert, dem Patienten zu zeigen, daß seine Entwicklung, wie sie in den ersten sieben Erinnerungen widergespiegelt wird, auf zunehmende Reife und soziales Interesse zielt.*

Dem Patienten kann gezeigt werden, wie er bemüht ist, sein wahres Selbst zu finden, das besser sein kann als er bisher annahm. Auch das Aufweisen von wachsendem sozialen Interesse und von Fortschritten in der Kooperation ist eine echte Ermutigung und hat grundlegende Bedeutung in jeder therapeutischen Arbeit.

Das Bewußtmachen dieses Reifungsprozesses, wie schwach er sich auch immer in der Folge der Ersterinnerungen andeuten mag, hilft eine kooperative und soziale Gleichstellung in den Beziehungen zwischen Therapeut und Patient oder Berater und Klient aufzubauen. Ein anfänglicher Widerstand, wie er aus anderen Therapierichtungen bekannt ist, kann vermindert oder beseitigt werden, wenn der Patient aus seinen Ersterinnerungen ablesen kann, daß er seine Probleme bereits zu verarbeiten angefangen hat. Dadurch braucht der Therapeut nicht mehr als der Allmächtige zu erscheinen. Der Patient hat bereits begonnen, sich zu ändern. Der Reife- oder Heilungsprozeß kann nur durch kooperative Bemühungen zusammen mit dem Therapeuten weitergeführt werden.

Es ist ratsam, die sieben Ersterinnerungen so früh wie möglich in der diagnostischen Therapie-Sitzung festzuhalten, weil man dadurch den emotionalen Zustand des Patienten am Anfang der Behandlung fixieren kann. In Intervallen von drei, sechs und zwölf Monaten kann man dann wieder Ersterinnerungen bringen lassen, die den emotionalen Reifungsprozeß und den Therapie-Erfolg anzeigen.

Es ist zu beachten, daß Interpretationen von Ersterinnerungen nicht während der Wiedergabe der Erinnerungen stattfinden. Doch wenn die letzten beiden Erinnerungen eine positive Entwicklung zeigen, sollte das dem Patienten gedeutet werden, wie unter Punkt 6. erwähnt wurde.

Nach den ersten sieben Erinnerungen kann man eine provisorische Lebensstilanalyse versuchen, und die Ergebnisse dem Patienten mitteilen, wenn er dann schon damit umgehen kann. In der Regel wird bei Therapiegruppen und in Marathons so vorgegangen, vorausgesetzt daß dort Lebensstilanalysen für weniger schwere Fälle erarbeitet werden. Bei Einzelanalysen und besonders bei schwer neurotischen oder psychotischen Patienten verschiebt der Therapeut seine vorläufige Einsichten auf später und fährt mit weiteren Aspekten der Lebensstilanalyse fort.

Themen in Ersterinnerungen, wie z. B. wiederholte Erwähnung von „auf dem Rück-sitz fahren“, „ausgewählt werden“ oder „auf einem erhöhten Platz sitzen“ bieten sich besonders dazu an, dem Patienten seine augenblicklichen Haltungen und Einstellungen widerzuspiegeln.

Die Interpretation von Ersterinnerungen darf nicht leichtgenommen werden. Ehe man das ganze Lebensstil-Bild hat, kann man leicht Fehler machen. Die Interpretation der Erinnerungen sollte für den Patienten annehmbar sein und muß immer wieder durch weitere diagnostisches Material überprüft werden.

## Zusammenfassung und Schluß

In dieser Arbeit wurde die Bedeutung einer Sammlung von Ersterinnerungen zu diagnostischen und therapeutischen Zwecken diskutiert. Eine Folge von Ersterinnerungen, vorzugsweise sieben, gibt meist sehr spezifische Informationen über den persönlichen Lebensstil und spiegelt einen bestimmten Reifezustand wider. Können keine Erinnerungen aus dem Alter vor dem Schuleintritt gebracht werden, so entspricht die Wirklichkeit der frühen Kinderjahre nicht dem subjektiv oder fiktiv gesehenen Charakter der Lebensgeschichte, auf dem der Lebensstil sich aufbaut. Ein therapeutischer Fortschritt und noch verbleibende Problemfelder werden durch Ersterinnerungen-Serien festgehalten, die in bestimmten Abständen immer wieder aufgenommen werden. Auch momentane Haltungsänderungen zeigen sich in diesen Serien. Schließlich wurde gezeigt, daß es therapeutisch wichtig ist, den Aufwärts-Trend der Erinnerungsserien in seiner Bedeutung aufzuweisen.

## Literatur

- Ackerknecht, L. K.: Il Ruolo Dell'analisi Dello Stile Di Vita Nelle Maratone Adleriane. *Rivista Di Psicologia Individuale*, 2, (1974)
- Adler, A.: *Understanding Human Nature*. 1930, New York, Greenberg Publisher.  
– *What Life Should Mean to You*. 1958, Capricorn Books (1931, New York).
- Ansbacher, H. L.: Adler's Interpretation of Early Recollections: Historical Account. *J. Indiv. Psychol.*, 29, (1973)
- Dreikurs, R.: *Psychodynamics, Psychotherapy and Counseling*. 1967, Chicago, Alfred Adler Institute of Chicago.
- Manaster, G. J., Perryman, T. B.: Early Recollections and Occupational Choice. (see bibliography). *J. Indiv. Psychol.*, 20, (1974)
- Mosak, H. H., Kopp, R. R.: The Early Recollections of Adler, Freud and Jung. *J. Indiv. Psychol.*, 29, (1973)
- Papenek, H.: The Use of Early Recollections in Psychotherapy. *J. Indiv. Psychol.*, 28, (1972)

Prof. Dr. Lucy Kruger-Ackerknecht  
226 Stanford Ave.  
Berkeley, Calif. 94708  
USA