



PHD C. George Boeree:

Persönlichkeitstheorien

CARL GUSTAV JUNG

[1875 - 1961]

Originaltitel: Personality Theories

[<http://www.ship.edu/~cgboeree/perscontents.html>]



Copyright 1997, 2006 C. George Boeree.
Shippensburg University, USA.

deutsche Übersetzung:
D. Wieser M.A., 2006

Index

Index	2
Einleitung	3
Biographie	4
Theorie	6
Archetypen	6
Der Mutterarchetyp	7
Mana	7
Der Schatten	8
Persona	8
Anima und Animus	8
Andere Archetypen	9
Die Dynamik der Psyche	11
Das Selbst	12
Synchronizität	13
Introversion Extraversion	14
Die Funktionen	15
Assessment	15
Diskussion	19
Positive Aspekte	19
Verbindungen	20
Literatur	22

Einleitung

Anyone who wants to know the human psyche will learn next to nothing from experimental psychology. He would be better advised to abandon exact science, put away his scholar's gown, bid farewell to his study, and wander with human heart through the world. There in the horrors of prisons, lunatic asylums and hospitals, in drab suburban pubs, in brothels and gambling-hells, in the salons of the elegant, the Stock Exchanges, socialist meetings, churches, revivalist gatherings and ecstatic sects, through love and hate, through the experience of passion in every form in his own body, he would reap richer stores of knowledge than textbooks a foot thick could give him, and he will know how to doctor the sick with a real knowledge of the human soul. -- Carl Jung

Freud postulierte, das Ziel der Therapie sei es, das Unbewusste bewusst zu machen. Dies hat er auch zum Ziel seiner Arbeit als Theoretiker gemacht. Dennoch gibt dies dem Unbewussten zumindest einen unangenehmen Beigeschmack, um es vorsichtig auszudrücken: Es ist ein Kessel voll schäumender Begierden, eine bodenlose Grube voll perverser und inzestuöser Sehnsüchte, ein Friedhof für einschüchternde Erfahrungen, die dennoch wiederkehren und uns erschrecken. Ehrlich, das klingt nicht nach etwas, das ich gerne bewusst machen möchte!

Einer von Freuds jüngeren Kollegen, Carl Jung, machte sich die Erkundung dieses "inneren Raums" zur Lebensaufgabe. Ausgerüstet mit dem Hintergrundwissen der Freudschen Theorie und einer offenbar unerschöpflichen Kenntnis von Mythologie, Religion und Philosophie ging er zu Werke. Jung kannte sich besonders gut in den Symbolen komplexer mystischer Traditionen wie etwa dem Gnostizismus, der Alchemie, der Kabbala und ähnlichen Traditionen in Hinduismus und Buddhismus aus. Wenn jemand etwas über das Unbewusste und darüber, warum es sich nur in symbolischer Form ausdrückte, herausfinden konnte, so war das Carl Jung.

Hinzu kam seine Kapazität für besonders klare Träume und gelegentliche Visionen. Im Herbst 1913 hatte er die Vision einer "monströsen Flut", die einen Großteil Europas verschlang und bis an die Berge seiner Heimat der Schweiz reichte. Er sah Tausende Menschen ertrinken und die Zivilisation zerfallen. Dann verwandelte sich das Wasser in Blut. Auf diese Vision folgten in den nächsten Tagen Träume von ewigen Wintern und Flüssen aus Blut. Jung befürchtete, psychotisch zu werden.

Doch am ersten August desselben Jahres begann der Erste Weltkrieg. Jung stellte fest, dass es irgendeine Verbindung zwischen ihm selbst als Individuum und der Menschheit im Allgemeinen gab, die nicht wegzudiskutieren war. Bis zum Jahre 1928 durchlief er einige eher schmerzliche Prozesse der Selbsterkundung, die zur Basis all seiner späteren Theorien werden sollten.

Er notierte seine Träume, Fantasien und Visionen sorgfältig, zeichnete und malte sie sogar auf und stellte sie plastisch dar. Er fand heraus, dass seine Erfahrungen die Tendenz hatten, sich als Personen zu formieren, beginnend mit einem weisen alten Mann und seiner Begleiterin, einem kleinen Mädchen. In der Folge einiger Träume entwickelte sich der weise alte Mann zu einer Art spirituellem Guru. Das kleine Mädchen wurde zu "Anima", der weiblichen Seele, die als Hauptmedium bei der Kommunikation mit den tieferen Regionen seines Unbewussten diente.

Ein ledriger brauner Zwerg tauchte auf und wies den Weg zum Unbewussten. Er war "der Schatten", ein primitiver Begleiter für Jungs Ich. Jung träumte, dass er mit dem Zwerg zusammen einen schönen blonden Jüngling tötete, den er Siegfried nannte. Aus Jungs Perspektive war dies eine Warnung vor den Gefahren der Verehrung von Ruhm und Heldentum, die schon bald so viel Leid über ganz Europa bringen würde – eine Warnung vor den Gefahren einiger seiner eignen Neigungen zur Heldenverehrung – der Verehrung seines Lehrers Sigmund Freud!

Jung träumte viel von den Toten, dem Land der Toten und der Auferstehung von den Toten. Die Toten repräsentierten das Unbewusste an sich – nicht das "kleine" persönliche Unbewusste, mit dem sich Freud so ausgiebig beschäftigt hatte, sondern ein neues **kollektives Unbewusstes** der Menschheit an sich, das Unbewusste, das alle Toten enthielt, nicht nur unsere persönlichen Geister. Jung begann die psychisch Kranken als Menschen zu sehen, die von diesen Geistern geplagt wurden, zu einer Zeit in der niemand mehr an diese Geister glaubte. Wenn wir unsere Mythologien wiederfänden, könnten wir diese Geister verstehen, mit den Toten auskommen und unsere psychischen Krankheiten heilen.

Kritiker warfen ein, Jung sei schlicht und einfach selbst krank gewesen, als all dies geschah. Doch Jung war der Auffassung, dass man sich nicht damit zufrieden geben kann, nahe der Küste hin und her zu segeln, wenn man den Dschungel kennen lernen will. Man muss in den Dschungel hinein, egal wie seltsam und gefährlich es auch erscheinen mag.

Biographie

Carl Gustav Jung ist am 26 Juli 1875 in Kessewil, einem kleinen Dorf in der Schweiz geboren. Sein Vater war Paul Jung, ein Dorfpfarrer, seine Mutter war Emilie Preiswerk Jung. Er wuchs in einer sehr gebildeten Großfamilie auf, dazu gehörten auch Geistliche sowie Exzentriker.

Carl begann schon im Alter von sechs Jahren Latein zu lernen, damit begann auch ein lang anhaltendes Interesse an Sprachen und Literatur – insbesondere die antike Literatur. Neben den meisten westeuropäischen Sprachen konnte Jung auch einige antike Sprachen lesen, unter anderem Sanskrit, die ursprüngliche Sprache der heiligen Bücher des Hinduismus.

In der Adoleszenz war Carl eher ein Einzelgänger, der nicht viel auf die Schule gab und das Wettfeiern nicht leiden konnte. Er besuchte ein Internat in Basel, dort wurde er häufig zum Objekt neidischer Schikane. Als Ausflucht benutzte er den Vorwand, sich nicht wohl zu fühlen und entwickelte die peinliche Neigung, in Ohnmacht zu fallen, wenn er unter Druck gesetzt wurde.



Zwar war es sein Wunschberuf, Archäologe zu werden, er nahm jedoch ein Medizinstudium an der Universität von Basel auf. Während er bei dem berühmten Neurologen Krafft-Ebing lernte, entschied er sich für eine Karriere in der Psychiatrie.

Nachdem er den Universitätsabschluss erreicht hatte, nahm er eine Stelle an der Nervenlinik Burghoeltzli in Zürich an, wo er bei Eugen Bleuler, einem Experten für (und dem Namensgeber der) Schizophrenie studierte. 1903 heiratete Jung Emma Rauschenbach. Zusätzlich unterrichtete er an der Universität Zürich, er betrieb eine private Praxis und erfand zu dieser Zeit auch die Assoziationsmethode!

Er war schon lange ein Bewunderer Freuds, als er ihn 1907 in Wien kennen lernte. Man erzählt sich, dass Freud kurz nach ihrem Zusammentreffen alle Termine für den Tag absagte und sich dreizehn Stunden lang mit Jung unterhielt, so groß war die Wirkung der beiden großen Geister aufeinander! Schließlich betrachtete Freud Jung als den Kronprinzen der Psychoanalyse und damit offensichtlich als seinen Nachfolger.

Doch Jung stimmte nie vollends mit Freuds Theorie überein. Während einer Reise nach Amerika im Jahre 1909 kühlte sich ihre Beziehung langsam ab. Sie vertrieben sich die Zeit damit, die Träume des anderen zu analysieren (mehr zur Unterhaltung), als Freud sich übermäßig gegen Jungs Analyseversuche zu wehren begann. Letztlich brach Freud ab, weil er fürchtete, seine Autorität zu verlieren! Jung empfand das als beleidigend.

Der Erste Weltkrieg brachte eine schmerzvolle Periode der Selbsterkundung für Jung. Dennoch war dies der Anfang einer der interessantesten Persönlichkeitstheorien, die die Welt je gesehen hat. Nach Kriegsende unternahm Jung weite Reisen, so besuchte er zum Beispiel Stammesangehörige in Afrika, Amerika und Indien. 1946 setzte er sich zur Ruhe und zog sich von der öffentlichen Aufmerksamkeit zurück, nachdem seine Frau 1955 verstorben war. Jung starb am 6. Juni 1961 in Zürich.

Theorie

In Jungs Theorie ist die Psyche in drei Teile unterteilt. Der erste Teil ist das **Ich**, das Jung mit dem Bewusstsein gleichsetzt. Nahe damit verwandt ist das **persönliche Unbewusste**, darin ist alles eingeschlossen, was im Augenblick nicht bewusst, dem Bewusstsein jedoch zugänglich ist. Das persönliche Unbewusste entspricht ungefähr dem, was die meisten Menschen unter dem Unbewussten verstehen, denn es umfasst sowohl Erinnerungen, die leicht dem Bewusstsein zugänglich gemacht werden können, als auch jene Erinnerungen, die aus verschiedenen Gründen unterdrückt wurden. Doch es umfasst nicht die Triebe, welche Freud hier hinzuzählen würde.

Und nun fügt Jung jenen Bereich der Psyche hinzu, den seine Theorie eindeutig von allen anderen unterscheidet: Das **kollektive Unbewusste**. Man könnte es auch als das eigene "psychische Erbe" bezeichnen. Es stellt das Reservoir der eigenen Erfahrungen als Spezies Mensch dar, eine Art Wissen, mit dem wir alle geboren werden. Dennoch ist es uns nie direkt bewusst. Es beeinflusst all unsere Erfahrungen und all unser Verhalten, insbesondere auf emotionaler Ebene; wir wissen jedoch nur indirekt davon, indem wir uns diese Einflüsse genauer ansehen.

Es gibt einige Erfahrungen, die uns die Auswirkungen des kollektiven Unbewussten deutlicher machen, als andere: Die Erfahrung der Liebe auf den ersten Blick, die Erfahrung des Déjà-vu (das Gefühl, dass Sie eine neue Situation bereits kennen) sowie das Wiedererkennen bestimmter Symbole, der Bedeutung bestimmter Mythen, all das kann als die plötzliche Verbindung der eigenen äußeren Realität mit der inneren Realität des kollektiven Unbewussten verstanden werden. Großartigere Beispiele sind kreative Erfahrungen, die Künstler und Musiker auf der ganzen Welt und zu allen Zeiten teilten, oder die spirituellen Erfahrungen der Mystiker aller Religionen, oder die Parallelen in Träumen, Fantasien, Mythologien, Märchen und in der Literatur.

Ein anderes schönes Beispiel, das in der letzten Zeit intensiv diskutiert worden ist, ist die Erfahrung der Todesnähe. Es scheint, als hätten zahlreiche Menschen aus vielen verschiedenen Kulturen ähnliche Erinnerungen, wenn sie aus einer Situation, in der sie dem Tod sehr nahe sind, wieder ins Leben zurückkehren. Sie alle erwähnen, dass sie ihren Körper verlassen, dass sie ihren Körper sowie die um den Körper herum stattfindenden Ereignisse sehr klar sehen, sie erwähnen, dass sie durch einen langen Tunnel zu einer hellen Lichtquelle gezogen werden, dass sie verstorbene Angehörige oder religiöse Figuren sehen, die auf sie warten, und sie alle erzählen von der Enttäuschung, wenn sie diese glückliche Situation verlassen und in ihren Körper zurückkehren müssen. Vielleicht sind wir alle so "geschaffen", dass wir den Tod in dieser Weise erfahren.

Archetypen

Die Inhalte des kollektiven Unbewussten werden als **Archetypen** bezeichnet. Jung nannte sie Dominanten, Imagos, mythologische oder primordiale Urbilder, doch der Begriff Archetyp hat sich durchgesetzt. Ein Archetyp ist eine nicht erlernte Neigung, Dinge in einer gewissen Weise zu erfahren.

Ein Archetyp hat keine Form an sich, sondern er wirkt als "organisierendes Prinzip" auf das ein, was wir sehen oder was wir tun. Er funktioniert also ähnlich wie die Triebe in Freuds Theorie: Erst möchte das Baby nur etwas zu essen, ohne zu wissen, was es will. Es verspürt ein eher undefiniertes Verlangen, das dennoch nur von ganz bestimmten Dingen befriedigt werden kann, und von anderen eben nicht. Später, vor dem Hintergrund weiterer Erfahrungen, verlangt das Kind nach etwas bestimmterem, wenn es Hunger hat – ein Fläschchen, einen Keks, einen gegrillten Hummer, ein Stück New York Style Pizza.

Der Archetyp ist eine Art schwarzes Loch im All: Sie wissen, dass es da ist, weil Sie erkennen können, wie es Materie und Licht anzieht.

Der Mutterarchetyp



Der Mutterarchetyp ist ein besonders gutes Beispiel. All unsere Vorfahren hatten Mütter. Wir sind in einem Umfeld aufgewachsen, in dem es eine Mutter oder einen Mutterersatz gab. Als wir noch hilflose Babys waren, hätten wir ohne eine Verbindung zu einer nährenden Person nicht überleben können. Es ist unzweifelhaft, dass wir in einer Weise "gebaut" sind, welche dieses evolutionäre Umfeld widerspiegelt: Wir kommen zur Welt und suchen die Mutter, wollen sie erkennen und uns mit ihr beschäftigen.

Somit ist der Archetyp der großen Mutter unsere angeborene Fähigkeit, eine gewisse Beziehung wiederzuerkennen, "bemuttert zu werden". Jung meint, dies sei eher abstrakt und wir neigten dazu, den Archetyp nach außen in die Welt auf eine bestimmte Person zu projizieren, gewöhnlich auf unsere eigenen Mütter. Auch wenn für einen Archetyp keine bestimmte reale Person zur Verfügung steht, neigen wir dazu, den Archetypen zu personifizieren, indem wir ihn in einen mythologischen "Märchenbuch"-Charakter verwandeln. Dieser Charakter symbolisiert für uns dann diesen Archetyp.

Der Mutterarchetyp wird von der Urmutter oder mythologischen "Mutter Erde" symbolisiert, in westlichen Traditionen von Eva und Maria, aber auch von weniger personalen Symbolen wie etwa der Kirche, der Nation, von einem Wald oder dem Meer. Jung ist der Auffassung, dass jemand, dessen Mutter seinen Bedürfnissen nicht hinreichend entsprechen konnte, sein Leben oft damit verbringen mag, in der Kirche Trost zu suchen, oder Trost zu finden, indem er sich mit dem "Mutterland" identifiziert, oder indem er über die Mutter Maria meditiert oder auch indem er direkt am Meer lebt.

Mana

Zunächst muss man verstehen, dass die Archetypen keine wirklich biologischen Größen sind, wie etwa bei Freuds Trieblehre. Es handelt sich eher um spirituelle Anforderungen. Wenn man zum Beispiel von langen Dingen träumt, wäre Freud wohl davon ausgegangen, dass diese Dinge den Phallus und damit letztlich Sex repräsentieren. Doch Jung hätte dies ganz anderes interpretiert. Auch wenn man sehr spezifische Träume von einem Penis hat, muss das nicht unbedingt viel mit dem unerfüllten Bedürfnis nach Sex zu tun haben.

Interessant ist, dass phallische Symbole in primitiven Kulturen gewöhnlich gar nicht auf Sex bezogen sind. Sie symbolisieren meist Mana, oder spirituelle Kraft. Diese Symbole wurden zu ganz bestimmten

Anlässen gezeigt, wenn man etwa die Geister anrief, damit sie die Kornerte verbesserten, oder die Fischbeute oder auch dann, wenn jemand geheilt werden sollte. Die Verbindung von Penis und Stärke, zwischen menschlichem und pflanzlichem Samen, zwischen Befruchtung und Fruchtbarkeit werden von den meisten Kulturen verstanden.

Der Schatten

Natürlich finden Sex und Lebenstriebe allgemeine Repräsentationen irgendwo in Jungs System. Sie sind Bestandteil des Archetypen, der als Schatten bezeichnet wird. Er leitet sich aus unserer vormenschlichen, tierischen Vergangenheit ab, als es uns noch vornehmlich ums Überleben und um die Fortpflanzung ging, damals waren wir uns unserer selbst noch nicht bewusst.

Es ist die "dunkle Seite" des Ich und oft findet sich dort auch das Böse, dessen wir fähig sind. Eigentlich ist der Schatten amoralisch – weder gut noch schlecht, genau wie bei den Tieren. Ein Tier ist in der Lage, sich zärtlich um seinen Nachwuchs zu kümmern, und ebenso in der Lage, brutal seine Nahrung zu jagen, doch ein Tier entscheidet sich nicht bewusst, das eine oder das andere zu tun. Ein Tier tut einfach was es tut. Es ist "unschuldig". Doch aus unserer menschlichen Perspektive schaut die Tierwelt eher brutal, unmenschlich aus, somit wird der Schatten etwas wie ein Mülleimer für die Anteile unserer selbst, die wir nicht so einfach eingestehen können.

Symbole für den Schatten sind zum Beispiel die Schlange (wie im Garten Eden), der Drache, Monster und Dämonen. Dieses Tier bewacht oft den Eingang einer Höhle oder einen See, womit das kollektive Unbewusste symbolisiert wird. Wenn Sie also wieder davon träumen, mit dem Teufel zu ringen, mag es sein, dass Sie eigentlich mit sich selbst ringen!

Persona

Die Persona repräsentiert das eigene öffentliche Bild. Der Begriff leitet sich recht offensichtlich von dem Wort "Person / Persönlichkeit" ab und kommt von dem lateinischen Wort für Maske. Die Persona ist also die Maske, die Sie anlegen, bevor Sie sich der äußeren Welt zeigen. Obgleich sie als Archetyp entwickelt wird, ist es der Teil von uns, der dem kollektiven Unbewussten am entferntesten ist, sobald wir die Wahrnehmung der eigenen Persona halbwegs abgeschlossen haben.

Im besten Fall ist die Persona in etwa der "gute Eindruck", den wir alle hinterlassen möchten, während wir die Rollen spielen, die die Gesellschaft von uns erwartet. Doch sie kann auch der "falsche Eindruck" sein, den wir verwenden, um die Meinung und das Verhalten anderer zu manipulieren. Im schlimmsten Fall kann es sein, dass die Persona mit unserer wahren Natur verwechselt wird – auch von uns selbst: Manchmal nämlich glauben wir selbst, was wir in Wirklichkeit nur vorgeben zu sein!

Anima und Animus

Ein Bestandteil unserer Persona ist die männliche oder weibliche Rolle, die wir spielen müssen. Für die meisten Menschen ist diese Rolle durch ihr biologisches Geschlecht festgelegt. Wie Freud, Adler und andere war auch Jung der Überzeugung, dass wir unserer Natur gemäß eher bisexuell sind. Zu Beginn unseres Lebens, als Fötus, haben wir noch keine ausdifferenzierten Geschlechtsorgane, denn diese bilden sich erst nach und nach unter dem Einfluss bestimmter Hormone aus, später dann werden wir entweder weibliche oder männliche Wesen. Desgleichen beginnen wir auch unser soziales Leben als Kinder, weder männlich noch weiblich im sozialen Sinne. Doch sobald uns entweder rosa oder

blaue Schuhe angezogen werden, geraten wir unter den formenden Einfluss der Gesellschaft, die uns so von außen zu Männern und Frauen macht.

In allen Gesellschaften unterscheiden sich die Erwartungen an einen Mann von den Erwartungen an eine Frau, zumeist bezogen auf die unterschiedlichen reproduktiven Rollen, zusätzlich ergänzt durch zahlreiche Details, die rein traditioneller Natur sind. Auch in unserer heutigen Gesellschaft gibt es Überbleibsel dieser traditionellen Erwartungen. Bei Frauen geht man gemeinhin davon aus, dass sie sich eher kümmern und weniger aggressiv reagieren; bei Männern hingegen geht man davon aus, dass sie stark sind und die emotionale Seite des Lebens weitgehend ignorieren. Aus Jungs Sicht weist dies darauf hin, dass wir nur die eine Hälfte unseres Potential entwickelt haben.

Anima stellt den weiblichen Aspekt dar, der im kollektiven Unbewussten der Männer präsent ist, und Animus steht für den männlichen Aspekt im kollektiven Unbewussten der Frauen. Beide Begriffe zusammengenommen werden als chymisch (*syzygy*) bezeichnet.

Anima kann zum Beispiel als junges, sehr spontanes und intuitives Mädchen personifiziert sein oder als Hexe, oder als Erdenmutter. Die dazu gehörenden Assoziationen sind zum Beispiel tiefe Emotionalität sowie die Macht des Lebens an sich. Der Animus kann als weiser alter Mann personifiziert werden, oder als Zauberer, oder auch als Gruppe von Männern; damit werden unter anderem Logik, oft auch Rationalität assoziiert.

Anima oder Animus ist der Archetyp, mittels dessen man mit dem kollektiven Unbewussten allgemein kommuniziert, und es ist wichtig, mit der eigenen Anima/dem eigenen Animus in Kontakt zu treten. Dies ist zudem der Archetyp, der für einen Großteil unseres Liebeslebens verantwortlich ist: Wie der antike griechische Mythos verrät, sind wir immer auf der Suche nach unserer zweiten Hälfte, der Hälfte, die Gott uns genommen hat, und zwar suchen wir die beim anderen Geschlecht. Wenn wir uns auf den ersten Blick verlieben, haben wir oft jemanden gefunden, der unseren Anima oder Animus Archetyp besonders gut vervollständigt!

andere Archetypen

Jung sagt, es gebe keine festzusetzende Anzahl von Archetypen, die wir einfach auflisten und auswendig lernen könnten. Sie überschneiden sich und gehen ineinander über, wie es gerade erforderlich ist, zudem entspricht ihre Logik nicht der gewöhnlichen Logik. Doch hier ein paar weitere Archetypen, die Jung erwähnt:

Neben der Mutter gibt es weitere Familien-Archetypen. Natürlich gibt es auch den **Vater**, der oft von einem Begleiter oder einer Autoritätsperson symbolisiert wird. Es gibt auch den Archetyp **Familie**, er repräsentiert die Vorstellung von Blutsverwandtschaft sowie von Bindungen, die tiefer reichen als die bewusst begründbaren Bindungen.

Daneben gibt es das **Kind**, in Mythologie und Kunst von Kindern und kleinen Wesen dargestellt. Das Christkind, das an Weihnachten gefeiert wird, ist eine Manifestation des Kind-Archetyps und repräsentiert die Zukunft, das Werden, Wiedergeburt und Erlösung. Interessant ist, dass Weihnachten zur Wintersonnenwende gefeiert wird, wobei die Wintersonnenwende in primitiven Kulturen des Nordens gleichfalls Zukunft und Wiedergeburt repräsentiert. Früher entzündeten die Menschen Freudenfeuer und hielten Zeremonien ab, um die Sonne zur Rückkehr zu ermutigen. Der Kind-Archetyp verschmilzt oft mit anderen Archetypen und bildet den Kind-Gott oder den Kind-Helden.

Viele Archetypen sind Figuren aus Geschichten. Wie zum Beispiel der **Held** – er ist die Mana-Persönlichkeit und Verteidiger gegen böse Drachen. Er repräsentiert im Grunde das Ich – wir neigen

alle dazu, uns mit dem Helden einer Geschichte zu identifizieren – und befindet sich sehr oft im Kampf mit dem Schatten in Form von Drachen oder anderen Monstern. Trotzdem ist der Held nicht selten völlig dumm. Denn letztlich weiß er nichts von den Wegen des kollektiven Unbewussten. Luke Skywalker aus den **Star Wars** Filmen ist ein perfektes Beispiel für einen Helden dieser Art.

Zudem ist der Held oft unterwegs, um die **Jungfrau** zu retten. Sie wiederum repräsentiert Reinheit, Unschuld und auch Naivität. Zu Beginn der **Star Wars** Geschichte ist Prinzessin Leia die Jungfrau. Später jedoch wird sie zur Anima, sie entdeckt die Kräfte der Macht – des kollektiven Unbewussten – und wird ein gleichgestellte Partner von Luke, von dem schließlich bekannt wird, dass er ihr Bruder ist.

Der Held wird von dem **weisen Alten** geführt. Dieser ist eine Form des Animus und enthüllt dem Helden die Natur des kollektiven Unbewussten. In **Star Wars** wird der weise Alte von Obi Wan Kenobi und später von Yoda gespielt. Beide vermitteln Luke Wissen über die Macht; und während Luke erwachsen wird, sterben sie und werden ein Teil von ihm.

Jetzt interessiert uns natürlich, welchen Archetyp Darth Vader der "dunkle Vater" wohl repräsentiert. Er ist der Schatten und der Meister der dunklen Seite der Macht. Es stellt sich zudem heraus, dass er Lukes und Leias Vater ist. Als er stirbt, wird er einer der weisen alten Männer.

Es gibt auch einen **Tier**-Archetypen, welcher die Beziehungen zwischen Menschheit und Tierwelt repräsentiert. Das treue Pferd des Helden wäre ein gutes Beispiel. Oft verkörpern Schlangen den Tier-Archetypen, sie gelten als besonders weise. Letztlich stehen Tiere in engerem Kontakt mit ihrer Natur, als das bei uns Menschen der Fall ist.

Dann gibt es noch den **Schwindler**, oft von einem Clown oder einem Magier repräsentiert. Seine Rolle ist es, die Entwicklung des Helden zu hemmen und insgesamt für Schwierigkeiten zu sorgen. In der nordischen Mythologie beginnen viele der Abenteuer, die die Götter erleben, damit, dass der Halbgott Loki ihnen einen Streich spielt.

Andere Archetypen sind schwieriger in Worte zu fassen. Zum Beispiel der **Urmann** (*original man*), in den westlichen Religionen von Adam verkörpert. Oder der Gott-Archetyp, der unser Bedürfnis, das Universum zu verstehen, repräsentiert, unser Bedürfnis, allen Geschehnissen eine Bedeutung zuzuschreiben, hinter allem einen Sinn und eine Richtung zu vermuten.

Der **Hermaphrodit**, männlich und weiblich in einer Person, repräsentiert die Einheit von Gegensätzen, eine wichtige Vorstellung in Jungs Theorie. Manche religiösen Darstellungen zeigen zum Beispiel auch Jesus als einen recht femininen Mann. Ähnlich wie eine Figur aus der chinesischen Tradition Kuan Yin, die als männlicher Heiliger galt (der Bodhisattva Avalokiteshwara), dann aber in so femininer Weise porträtiert wurde, dass man die Figur später als die weibliche Gottheit des Mitgefühls betrachtete!

Der wichtigste Archetyp von allen ist das **Selbst**. Das Selbst ist die ultimative Einheit der Persönlichkeit und wird von einem Kreis, dem Kreuz und den **Mandalas** symbolisiert, die Jung gerne malte.

Ein Mandala ist ein Bild, das zur Meditation verwendet werden kann, weil es die Aufmerksamkeit des Betrachters immer wieder zum Zentrum lenkt. Dabei kann es sich um eine ganz schlichte geometrische Figur handeln oder um das hoch kompliziert angelegte Kreismuster eines Kirchenfensters. Die Figuren, die das Selbst am besten personifizieren, sind Christus und Buddha, zwei Menschen, von denen man sagt, sie hätten Perfektion erreicht. Jung hingegen geht davon aus, dass die wahre Perfektion der Persönlichkeit nur im Tod erreicht werden kann.



Die Dynamik der Psyche

Soviel zunächst zu den Inhalten der Psyche. Jetzt wenden wir uns ihrer Funktionsweise zu. Jung spricht von drei Prinzipien, beginnend mit dem **Prinzip der Gegensätze**. Jeder Wunsch legt sofort sein Gegenteil nahe. Wenn ich zum Beispiel einen guten Gedanken habe, kann ich nicht anders, als auch das schlechte Gegenteil zu denken. Hier handelt es sich um eine grundlegende Feststellung: um eine Vorstellung vom Guten zu haben, muss auch eine Vorstellung vom Bösen vorhanden sein, gleichfalls gibt es weiß nicht ohne schwarz oder hinauf nicht ohne hinunter.

Als ich elf Jahre alt war, kam mir diese Einsicht: Ich versuchte manchmal, armen unschuldigen Waldlebewesen zu helfen, die sich verletzt hatten – oft hatte ich dabei Sorge, sie versehentlich zu töten. Einmal wollte ich ein Rotkehlcheküken gesund pflegen. Als ich es in die Hand nahm, war ich so verwundert, wie leicht es sich anfühlte, dass mir der Gedanke kam, wie leicht es wäre, das Küken einfach in meiner Hand zu zerdrücken. Mir gefiel dieser Gedanke überhaupt nicht, und doch hatte sich der Gedanke eingeschlichen.

Gemäß Jungs Theorie erzeugen Gegensätzlichkeiten die Kraft (oder **Libido**) der Psyche. Ähnlich wie bei den beiden Polen einer Batterie, oder bei der Spaltung eines Atoms. Der Kontrast gibt Energie ab, ein starker Kontrast erzeugt viel Energie und ein schwacher nur wenig.

Das zweite Prinzip ist das **Prinzip der Äquivalenz**. Die Energie, die aus den Gegensätzen hervorgeht, wird gleichmäßig auf beide Seiten verteilt. Als ich also das Vogelbaby in der Hand hatte, gab es Energie, mich um das kleine Wesen zu kümmern um ihm zu helfen. Eine gleiche Menge Energie aber war vorhanden, das Küken einfach zu zerdrücken. Ich versuchte aber, ihm zu helfen, so dass die Energie in die verschiedenen Handlungen einfluss, mit denen ich den Vogel retten wollte. Doch was geschieht mit der anderen Energie?

Nun, das ist von Ihrer Einstellung zu dem Wunsch, dem Sie nicht nachgegeben haben, abhängig. Erkennen Sie diesen anderen Gedanken an, konfrontieren Sie sich mit ihm, machen Sie ihn dem bewussten Denken zugänglich, dann wirkt die Energie sich zu einer allgemeinen Verbesserung Ihrer Psyche aus. Anders ausgedrückt: Sie wachsen.

Geben Sie aber vor, diesen bösen Wunsch nie empfunden zu haben, wenn Sie ihn unterdrücken und leugnen, dann trägt die Energie zur Ausbildung eines Komplexes bei. Ein **Komplex** ist ein Muster unterdrückter Gedanken und Empfindungen, die sich um ein archetypisches Thema herum zusammenballen. Wenn Sie leugnen, jemals daran gedacht zu haben, den kleinen Vogel einfach zu zerdrücken, mag es sein, dass Sie dem Gedanken so letztlich die Form eines Schattens geben (Ihrer "dunklen Seite"). Oder wenn ein Mann seine emotionale Seite verleugnet, kann es sein, dass seine Emotionalität in den Anima-Archetypen eingeht und so weiter..

Und hier tauchen nun die Schwierigkeiten auf: Wenn Sie Ihr ganzes Leben lang vorgeben, nur gut zu sein, wenn Sie so tun, als könnten Sie überhaupt nicht lügen, stehlen und töten, dann geht Ihre andere Seite bei jeder guten Tat in einen Komplex um den Schatten herum ein. Dieser Komplex entwickelt dann ein Eigenleben und er wird Sie verfolgen. Sie leiden zum Beispiel an Alpträumen, in denen Sie auf Vogelküken herumtrampeln!

Wenn dies lange genug so weiter geht, kann der Komplex auch die Macht an sich reißen, von Ihnen Besitz ergreifen – und Sie haben am Ende eine multiple Persönlichkeit. In dem Film *The Three Faces of Eve* porträtiert Joanne Woodward eine sanftmütige liebe Frau, die plötzlich feststellt, dass sie samstags ausging und wie wild Partys feierte. Sie rauchte nicht, fand aber Zigaretten in ihrer Handtasche; sie trank nicht, und wachte doch mit einem Kater auf; sie war eher bieder, und fand sich in sexy Outfits wieder. Eine multiple Persönlichkeit ist selten, doch sie enthält tatsächlich derartig kontrastreiche Extreme.

Das letzte Prinzip ist das **Prinzip der Entropie**. Dabei handelt es sich um die Neigung, dass unsere Gegensätze zusammenkommen, wobei die Energie im Laufe eines Lebens stetig abnimmt. Jung entlehnt diesen Begriff aus der Physik, dort wird unter Entropie die Tendenz verstanden, dass alle physikalischen Systeme "herunterfahren", alle Energie verteilt sich gleichmäßig. Steht eine Wärmequelle in einer Ecke des Raumes, wird nach und nach der ganze Raum gleichmäßig warm.

Während unserer Jugend sind die Gegensätze in uns eher extrem ausgeprägt, somit haben wir eher viel Energie. In der Adoleszenz überzeichnen wir die Unterschiede zwischen männlich und weiblich – Jungen versuchen, harte Machos zu sein und Mädchen extrem feminin. Somit fließt sehr viel Energie in ihre sexuellen Aktivitäten! Und Adoleszente pendeln häufig von einem Extrem zum anderen, eben noch waren sie wild und verrückt und eine Minute später entdecken sie die Religion für sich.

Während wir alter werden, kommen wir auch mit unseren unterschiedlichen Facetten besser zurecht. Wir sind etwas weniger naiv-idealistisch und stellen fest, dass wir alle eher eine Mischung von gut und böse in uns haben. Wir fühlen uns vom anderen Geschlecht in uns nicht mehr so bedroht und werden androgyner. Auch physisch ähneln sich alte Männer und Frauen wieder mehr. Dieser Prozess, in dessen Verlauf wir uns über unsere Gegensätze erheben und beide Seiten unseres Seins wahrnehmen, wird als **Transzendenz** bezeichnet.

Das Selbst

Ziel des Lebens ist es, das **Selbst** zu erkennen. Das Selbst ist ein Archetyp, der die Transzendenz aller Gegensätze verkörpert, so dass jeder Aspekt Ihrer Persönlichkeit gleich zum Ausdruck kommt. Dann ist man weder-noch und sowohl als auch männlich und weiblich, weder-noch und sowohl als auch bewusst und unbewusst, weder-noch und sowohl als auch ein Individuum und die Gesamtheit der Schöpfung. Doch ohne Gegensätze gibt es keine Energie, man hört auf zu handeln. Natürlich muss man dann nicht länger handeln. Damit das alles nicht zu mystisch wird, stellen wir uns das Ganze als ein neues Zentrum vor, eine besser ausbalancierte Position und zwar für die eigene Psyche. Wenn Sie

jung sind, konzentrieren Sie sich auf Ihr Ich und sorgen sich um die Trivialitäten der Persona. Wenn Sie älter sind, (vorausgesetzt Sie haben sich so entwickelt, wie es sein soll), konzentrieren Sie sich ein wenig mehr auf das Selbst, du fühlen sich so allen Menschen, allem Leben und selbst dem Universum näher. Jemand, der sein Selbst erkannt hat, ist somit im Grunde weniger selbstsüchtig.

Synchronizität

Persönlichkeitstheoretiker haben jahrelang diskutiert, ob psychologische Prozesse **mechanisch** oder **teleologisch** ablaufen. Mechanisch bedeutet in diesem Kontext, dass Dinge auf der Grundlage von Ursache und Wirkung funktionieren: Ein Vorgang führt zum anderen, der wieder einen anderen Vorgang anstößt und so weiter, somit determiniert die Vergangenheit die Gegenwart. Teleologisch bedeutet, dass wir von unseren Vorstellungen eines zukünftigen Standes vorangetrieben werden, also durch Ziele, Zwecke, Bedeutungen, Werte und so weiter. Die mechanische Sichtweise ist eng mit Determinismus und Naturwissenschaften verknüpft. Teleologie hingegen ist mit dem freien Willen verbunden und inzwischen eine eher seltene Sichtweise geworden. Unter Philosophen, die sich mit Moral, Gesetz und Religion beschäftigen, ist diese Betrachtungsweise noch recht verbreitet – unter Persönlichkeitstheoretikern natürlich auch.

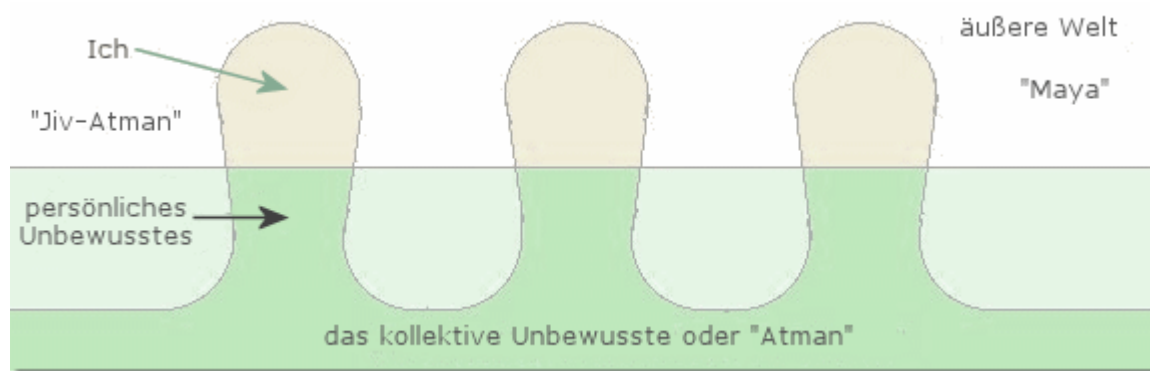
Von den Wissenschaftlern, mit denen wir uns in diesem Buch beschäftigen, sind die Freudianer und die Behavioristen eher mechanistisch eingestellt, Neofreudianer, Humanisten und Existentialisten hingegen nehmen eher die teleologische Perspektive ein. Jung geht davon aus, dass beide Sichtweisen eine Rolle spielen. Er fügt eine dritte Alternative hinzu, die er als **Synchronizität** bezeichnet.

Mit Synchronizität ist das Auftreten zweier Ereignisse gemeint, die weder ursächlich noch teleologisch miteinander zusammenhängen und doch in einem bedeutungsvollen Verhältnis zueinander stehen.

Einmal erzählte ein Klient einen Traum, in dem ein Skarabäuskäfer vorkam, als genau in diesem Moment ein solcher Käfer durchs Fenster in den Sitzungsraum flog. Manchmal träumen Menschen vom Tod einer geliebten Person und finden dann am nächsten Morgen heraus, dass diese Person zum Zeitpunkt des Traums tatsächlich gestorben ist. Oder Menschen nehmen den Telefonhörer, um einen Freud anzurufen und dieser Freund ist bereits in der Leitung.

Die meisten Psychologen würden derartige Vorkommnisse als Zufall bezeichnen oder versuchen uns zu erläutern, warum solche Ereignisse wahrscheinlicher sind, als wir annehmen würden. Jung hingegen glaubte, dies seien Anzeichen für unsere Verbindung zu anderen Menschen, zur Natur allgemein, und zwar mittels des kollektiven Unbewussten.

Jung war sich nie wirklich klar über seinen eigenen religiösen Glauben. Doch die eher ungewöhnliche Vorstellung von Synchronizität kann leicht von der hinduistischen Sicht der Realität abgeleitet werden. Im hinduistischen Glauben betrachtet man die Gesamtheit der individuellen Egos wie Inseln im Meer: Wir schauen hinaus in die Welt und denken, wir wären separate Einheiten. Was wir nicht sehen, ist dass wir durch den Meeresgrund tief unter der Wasseroberfläche alle miteinander verbunden sind.



Die äußere Welt wird als **Maya** bezeichnet, das bedeutet Illusion, und sie wird verstanden als Gottes Traum oder Gottes Tanz. Das bedeutet, dass Gott sie erschafft, ohne dass sie eine Realität an sich hätte. Für unsere individuellen Egos verwendet der Hinduismus die Bezeichnung **Jivatman**, das bedeutet individuelle Seelen. Doch auch sie sind eine Art von Illusion. Im Grunde sind wir nämlich alle Ausdehnungen des Einen und Einzigen **Atman**, oder Gott, der es kleinen Teilen seiner Selbst erlaubt, seine Identität zu vergessen und scheinbar separat und unabhängig zu werden, das sind dann wir. Doch wir sind nie wirklich getrennt. Wenn wir sterben, erwachen wir und erkennen, wer wir von Anfang an waren: Gott.

Wenn wir träumen oder meditieren, versinken wir in unser persönliches Unbewusstes, nähern uns immer mehr unserem wahren Selbst, dem kollektiven Unbewussten. Das sind andere Egos. Synchronizität macht Jungs Theorie letztlich zu einer der seltensten Theorien, die nicht nur parapsychologische Phänomene aufgreift, sondern sogar versucht, sie zu erklären!

Introversion und Extraversion

Jung hat eine Typologie der Persönlichkeit entwickelt, die so populär wurde, dass kaum jemand bemerkte, dass er noch weit mehr erarbeitet hat! Am Anfang steht die Unterscheidung von Introversion und Extraversion.

Introvertierte Menschen bevorzugen ihre innere Welt der Gedanken, Empfindungen, Fantasien, Träume und so weiter, während extrovertierte Menschen die äußere Welt der Dinge, Menschen und Aktivität bevorzugen.

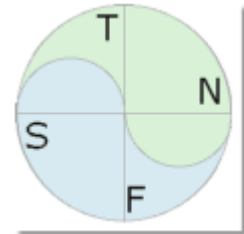
Diese Begriffe sind mit anderen Konzepten wie etwa Scheu und Geselligkeit durcheinander gebracht worden, zum Teil daher, weil introvertierte Menschen eher scheu und extrovertierte Menschen eher gesellig sind. Doch in Jungs Verständnis geht es darum, ob Sie (das Ich) sich öfter der Persona und der äußeren Realität zuwenden, oder dem kollektiven Unbewussten und den Archetypen. In diesem Sinne ist die introvertierte Person in gewisser Hinsicht reifer als die extrovertierte. In unserer Kultur jedoch schätzt man extrovertierte Menschen weit mehr. Jung warnte, dass wir alle dazu neigen, die Ausprägung am höchsten zu bewerten, die unserer eigenen entspricht!

Heute finden wir die Dimension introvertiert-extrovertiert in zahlreichen Theorien wieder, insbesondere bei Hans Eysenck, wenngleich sie oft hinter anderen Bezeichnungen wie Geselligkeit (*sociability*) und "*surgency*" verborgen ist.

Die Funktionen

Ob wir nun introvertiert oder extrovertiert sind, müssen wir doch alle mit der Welt umgehen, sowohl der inneren als auch der äußeren Welt. Und jeder von uns bevorzugt bestimmte Wege, wie er oder sie das tut, wie wir uns sicher fühlen oder womit wir uns gut auskennen. Jung geht davon aus, dass es vier grundsätzliche Wege oder **Funktionen** gibt:

Die erste Funktion ist die **Sinneswahrnehmung** (*sensing*): Informationen werden über unsere Sinne aufgenommen. Eine Person, die diesen Weg bevorzugt, kann gut beobachten und zuhören, generell die Welt kennen lernen. Jung nannte dies eine der **irrationalen** Funktionen, das bedeutet, es geht hier mehr um die Wahrnehmung als um die Bewertung von Informationen.



Der zweite ist das **Denken** (*thinking*). Denken bedeutet, dass man Informationen oder Ideen rational, logisch auswertet. Jung bezeichnete dies als **rationale** Funktion, weil es darum geht, Entscheidungen zu treffen oder Bewertungen vorzunehmen, statt nur Informationen aufzunehmen.

Der dritte Weg ist die **Intuition** (*intuiting*). Damit ist eine Art der Wahrnehmung gemeint, die außerhalb der gewohnten bewussten Prozesse stattfindet. Wie die Sinneswahrnehmung ist sie irrational oder perzeptual, stammt jedoch aus der komplexen Integration großer Informationsmengen, und nicht nur aus dem Gehörten oder Gesehenen. Jung sagte, es sei ähnlich wie ein Blick um die Ecke herum.

Der vierte Weg ist das **Fühlen** (*feeling*). Wie das Denken ist das Fühlen eine Frage der Informationsauswertung, und zwar dadurch, dass man die eigene allgemeine emotionale Reaktion auswertet. Jung bezeichnet diesen Weg als rational, offensichtlich nicht im wörtlichen Sinne.

Wir alle verfügen über diese Funktionen. Nur eben jeder in anderer Zusammensetzung, könnte man sagen. Jeder hat eine **übergeordnete** Funktion, die in uns am besten ausgebildet ist, eine **sekundäre** Funktion, derer wir uns bewusst sind, und die wir zur Unterstützung der bevorzugten Funktion verwenden, eine **tertiäre** Funktion, die nur etwas weniger gut ausgeprägt ist, dennoch aber nicht in vollem Umfang bewusst und eine **untergeordnete** Funktion, die nur gering ausgebildet ist und so weit unbewusst, dass wir ihre Existenz in uns leugnen könnten.

Die meisten von uns entwickeln nur ein oder zwei dieser Funktionen, doch es sollte unser Ziel sein, alle vier auszubilden. Nochmals: Jung betrachtet die Transzendenz von Gegensätzen als Ideal.

Assessment

Katharine Briggs und ihre Tochter Isabel Briggs Myers empfanden Jungs Typologie als so klare Darstellung menschlicher Persönlichkeiten, dass sie sich entschlossen, auf dieser Grundlage einen Fragebogen zu entwickeln. Dieser wurde als **Myers-Briggs Type Indicator** bekannt und zählt zu den beliebtesten und am meisten untersuchten Persönlichkeitstests.

Auf der Grundlage Ihrer Antworten auf etwa 125 Fragen werden Sie einem von sechzehn Typen zugeordnet, dabei ist es möglich, dass manche Menschen sich auch irgendwo zwischen zwei oder drei dieser Typen einordnen lassen. Zu welcher Typologie Sie dann zählen, sagt bereits einiges über Sie aus – Ihre Vorlieben und Abneigungen, wahrscheinliche Karrierentscheidungen, zu welchen Menschen Sie passen und ähnliches mehr. Die meisten Menschen mögen diesen Test sehr gerne, denn

er ist längst nicht so verurteilend wie andere Tests: Keiner der Typen ist wirklich furchtbar negativ und es gibt auch keine überragend positiven Typen. Statt also zu erfassen, wie "verrückt" Sie sind, macht der "Myers-Briggs" Test Ihre Persönlichkeit nur weiteren Erkundungen zugänglicher.

Der Test hat vier Skalen. **Extraversion – Introversion (E-I)** ist die wichtigste Skala. Forscher, die mit diesem Test arbeiteten, fanden heraus, dass etwa 75 % der Bevölkerung extrovertiert ist.

Dann die **Wahrnehmung – Intuition** Skala (*Sensing - Intuiting* (S-N)), hier ergab sich, dass etwa 75 % der Bevölkerung den Schwerpunkt auf Wahrnehmung legt.

Danach die **Denken – Fühlen** Skala (*Thinking – Feeling* (T-F)). Zwar verteilt sich hier das Ergebnis recht gleichmäßig, Forscher aber fanden heraus, dass zwei Drittel der Männer Denkende und zwei Drittel der Frauen Fühlende sind. Das klingt nach Stereotypen, doch erinnern wir uns, dass Fühlen und Denken von Anhängern der Jungschen Theorie gleichermaßen geschätzt werden, ein Drittel der Männer sind Fühlende und ein Drittel der Frauen sind Denkende. Es bleibt darauf hinzuweisen, dass die Gesellschaft Denken und Fühlen anders bewertet, so dass fühlende Männer und denkende Frauen oftmals Schwierigkeiten im Umgang mit den stereotypierten Erwartungen der Menschen haben können.

Die letzte Einteilung, **Beurteilen – Wahrnehmen** (*Judging – Perceiving* (J-P)), ist keine von Jungs ursprünglichen Dimensionen. Myers und Briggs haben diese Unterscheidung hinzugefügt, um Aussagen darüber treffen zu können, welche der Funktionen eines Menschen nun die bevorzugte ist. Im Allgemeinen sind bewertende Menschen vorsichtiger in ihrem Leben. Wahrnehmende Menschen neigen dazu, spontaner, manchmal leichtfertiger, zu sein. Wenn Sie extrovertiert und "J" (für *Judging*) sind, sind Sie ein Denker oder Fühler, je nachdem, welche Funktion überwiegt. Extrovertiert und "P" (für *Perceiving*) bedeutet, dass Sie ein wahrnehmender oder intuitiver Typ sind. Andererseits ist ein introvertierter Mensch mit hohen Werten für "J" ein wahrnehmender oder intuitiver Typ, während ein introvertierter Mensch mit hohen Werten für "P" ein denkender oder fühlender Typ sein wird. Die Werte für J und P sind in der Bevölkerung gleichmäßig verteilt.

Jeder Typ ist gemäß des Tests mit vier Buchstaben gekennzeichnet, wie etwa ENFJ. Diese Kürzel sind inzwischen so populär, dass sie sogar auf Nummernschildern auftauchen!

ENFJ (*extroverted feeling with intuiting*): Diese Menschen sind gute Redner. Sie neigen dazu, ihre Freunde zu idealisieren. Sie sind gute Eltern, lassen sich aber ausnutzen. Sie sind gute Therapeuten, Lehrer, Beamte und Verkäufer.

ENFP (*extroverted intuiting with feeling*): Diese Menschen lieben Neues und Überraschungen. Sie schwelgen in Emotionen und Ausdrucksformen. Sie neigen zu Muskelverkrampfungen und übermäßiger Wachsamkeit. Sie sind gut im Verkaufen, Werben, in Politik und Schauspiel.

ENTJ (*extroverted thinking with intuiting*): Als Chefs zu Hause erwarten diese Menschen sehr viel von ihren Ehepartnern und Kindern. Sie schätzen Ordnung und Struktur und geben gute Beamte und Administratoren ab.

ENTP (*extroverted intuiting with thinking*): Dies sind lebhaft Menschen, keinesfalls langweilig oder ordentlich. Als Partner sind sie insbesondere im ökonomischen Bereich ein wenig gefährlich. Sie können gut analysieren und geben gute Unternehmer ab.

ESFJ (*extroverted feeling with sensing*): Diese Menschen schätzen Harmonie. Sie haben strenge moralische Vorstellungen. Sie können Abhängigkeiten entwickeln, erst von den Eltern, dann von den

Ehepartnern. Sie tragen das Herz auf der Zunge und gehen in Servicearbeiten auf, die ihnen persönlichen Kontakt zu Menschen bieten.

ESFP (*extroverted sensing with feeling*): Sehr großzügige und impulsive Menschen, sie haben eine geringe Angsttoleranz. Sie sind gute Darsteller, mögen Öffentlichkeitsarbeit und lieben das Telefon. Sie sollten wissenschaftliche Projekte allerdings meiden, insbesondere Naturwissenschaften.

ESTJ (*extroverted thinking with sensing*): Dies sind verantwortungsbewusste Partner und loyale Mitarbeiter. Sie sind realistisch, stehen mit beiden Beinen im Leben, sind ordentlich und lieben Traditionen.

ESTP (*extroverted sensing with thinking*): Dies sind Menschen, die Action lieben, oft gebildet, manchmal rücksichtslos – unsere "James Bonds". Als Partner sind sie aufregend und charmant, doch es fällt ihnen schwer, Verpflichtungen einzuhalten. Sie geben gute Promoter, Unternehmer und Künstler ab.

INFJ (*introverted intuiting with feeling*): Dies sind die ernstesten Schüler und Mitarbeiter, die wirklich ihren Beitrag leisten wollen. Sie sind leicht verletzbar, geben gute Ehepartner ab, neigen jedoch dazu, physisch reserviert zu bleiben. Sie sind gute Therapeuten, Ärzte, Minister usw.

INFP (*introverted feeling with intuiting*): Diese Menschen sind idealistisch, selbst-aufopfernd und irgendwie kühl oder reserviert. Sie sind sehr an der Familie orientiert, können sich aber nicht gut entspannen. Man findet sie in der Psychologie, Architektur und Religion, doch nie im Businessbereich. Sowohl Jung als auch ich bewundern diesen Typ. Natürlich sind sowohl Jung als auch ich vom Typ INFP!

INTJ (*introverted intuiting with thinking*): Das sind die unabhängigsten aller Typen. Sie lieben Logik und Ideen und fühlen sich zu naturwissenschaftlicher Forschung berufen. Dennoch können sie auch eher unbeirrbar sein.

INTP (*introverted thinking with intuiting*): aufrichtig, gedankenverloren und vergesslich, das sind die Leseratten. Sie sind sehr präzise in ihrem Sprachgebrauch, sind gut im Bereich Logik und Mathematik und geben gute Philosophen und theoretische Wissenschaftler ab, doch keine Schriftsteller oder Verkäufer.

ISFJ (*introverted sensing with feeling*): Diese Menschen sind an Service und Arbeit orientiert. Sie leiden an Erschöpfung und werden von Unruhestiftern magisch angezogen. Sie sind gute Krankenschwestern, Lehrer, Sekretäre, Ärzte, mittlere Manager und Hausmeister.

ISFP (*introverted feeling with sensing*): Sie sind scheu und zurückgezogen, nicht besonders gesprächig, lieben aber sinnliche Handlung. Sie malen, zeichnen, formen plastische Kunstwerke, komponieren, tanzen – sie mögen die Künste allgemein – und sie lieben die Natur. Sie sind nicht sonderlich pflichtbewusst.

ISTJ (*introverted sensing with thinking*): Dies sind verlässliche Pfeiler der Stärke. Sie versuchen oft, ihre Partner und andere Menschen zu ändern. Sie sind gute Rechnungsprüfer, Bilanzbuchhalter, Steuerprüfer, Sportlehrer und Pfadfinder!

ISTP (*introverted thinking with sensing*): Diese Menschen brauchen Action, sind furchtlos und sehnen sich nach Aufregung. Sie sind impulsiv und es ist gefährlich, sie stoppen zu wollen. Oft schätzen sie Werkzeuge, Instrumente und Waffen, sie werden oft technische Experten. Kommunikation interessiert

sie wenig, so dass sie oft fälschlicherweise für dyslektisch oder hyperaktiv gehalten werden. Sie sind oft schlechte Schüler.

Auch ohne den Test selbst gemacht zu haben, kann man sich in einem oder zwei der angeführten Typen wiedererkennen. Oder lassen Sie andere Menschen Sie einordnen – sie geben vielleicht eine zutreffendere Einschätzung ab!

Wenn Sie möchten, können Sie meinen an Jung orientierten Persönlichkeitstest online machen:
<http://www.ship.edu/~cgboeree/jungiantypestest.html>

Diskussion

Sehr viele Menschen halten große Stücke auf Jungs Theorie. Unter anderem zum Beispiel Schriftsteller, Künstler, Musiker, Filmemacher, Theologen, Geistliche aller Konfessionen, Menschen, die Mythologie studieren, und natürlich auch einige Psychologen. Mir fällt zum Beispiel der Mythologe Joseph Campbell ein, der Filmemacher George Lucas und die Science Fiction Autorin Ursula K. Le Guin. Jeder, der sich für Kreativität, Spiritualität, psychische Phänomene, das Universelle und ähnliches interessiert, wird in Jung einen verwandten Geist finden.

Doch Wissenschaftler, auch die meisten Psychologen, haben größere Schwierigkeiten mit Jung. Denn er unterstützt nicht nur die teleologische Sichtweise (wie auch die meisten Persönlichkeitstheoretiker), sondern Jung geht noch einen Schritt weiter und spricht von der mystischen Verbundenheit der Synchronizität. Er postuliert nicht nur ein Unbewusstes, das empirischen Untersuchungen nicht so einfach zur Verfügung steht, sondern er postuliert ein kollektives Unbewusstes, das nie bewusst war und auch nie bewusst sein wird.

Im Grunde nimmt Jung eine Zugangsweise ein, die genau gegenteilig verläuft, wie die Zugangsweise des Mainstream-Reduktionismus. Jung beginnt mit den höchsten Stufen – sogar mit Spiritualismus – und leitet die niedrigeren Stufen der Psychologie und Physiologie von der Grundlage dieser höheren Stufen ab.

Doch auch Psychologen, die seiner Teleologie und antireduktionistischer Sichtweise Beifall spenden, kommen vielleicht nicht so gut mit seiner Theorie zurecht. Genau wie Freud versucht auch Jung, alles in sein System zu integrieren. Somit bleibt kaum Raum für Zufall oder Einwirkung äußerer Umstände. In Jungs Theorie scheint die Persönlichkeit – und das Leben insgesamt – "übermäßig erklärt" zu sein.

Nach meiner Erfahrung ist seine Theorie besonders für Studenten attraktiv, die selbst Schwierigkeiten im Umgang mit der Realität haben. Wenn die Welt, insbesondere die soziale Welt, zu schwierig wird, ziehen sich manche Menschen in die Fantasie zurück. Einige werden zum Beispiel so genannte Couch Potatoes. Doch andere wenden sich komplexen Ideologien zu, die vorgeben, alles erklären zu können. Manche treten gnostischen oder tantrischen Religionen bei, wo es verschlungene Systeme von Engeln und Dämonen, Himmeln und Höllen gibt, wo Symbole endlos diskutiert werden. Andere wenden sich Jung zu. Daran gibt es nicht auszusetzen; doch für jemanden, der den Kontakt zur Realität verloren hat, wird dieses System nicht besonders hilfreich sein.

Diese kritischen Anmerkungen entziehen Jungs Theorie natürlich nicht ihre Basis. Es geht nur darum, darauf hinzuweisen, dass man sich das Ganze auch eingehend überlegt.

Positive Aspekte

Hier sind der Myers-Briggs sowie andere Tests basierend auf Jungs Typen und Funktionen zu nennen. Weil diese Tests die Menschen nicht auf Dimensionen zwischen "gut" und "böse" festlegen, sind sie weit weniger bedrohlich. Sie eignen sich vielmehr dazu, die Menschen zu ermutigen, sich ihrer selbst bewusst zu werden.

Die Archetypen scheinen auf den ersten Blick Jungs seltsamste Idee zu sein. Dennoch haben sie sich in der Analyse von Mythen, Märchen, Literatur allgemein, künstlerischer Symbole und religiöser Standpunkte als nützlich herausgestellt. Offensichtlich umfassen die Archetypen einige der grundlegenden "Einheiten" unseres Selbstaussdrucks. Viele haben in diesem Kontext angemerkt, es

gebe so viele Geschichten und Charaktere in der Welt, dass wir einfach nur fortlaufend die verschiedenen Details umorganisieren.

Darin aber liegt der Hinweis darauf, dass die Archetypen sich tatsächlich auf einige tiefe Strukturen des menschlichen Verstandes beziehen. Zumindest aus der physiologischen Perspektive aus betrachtet, kommen wir mit einer bestimmten Struktur auf diese Welt: Wir sehen in bestimmter Weise, hören in bestimmter Weise und verhalten uns in bestimmter Weise, weil unsere Neuronen, Drüsen und Muskeln eine bestimmte Struktur aufweisen. Mindestens ein Vertreter der kognitiven Psychologie hat vorgeschlagen, nach Strukturen Ausschau zu halten, die Jungs Archetypen entsprechen!

Letztlich hat Jung uns auch im Bezug auf die Unterschiede zwischen der Kindheitsentwicklung und der Entwicklung des erwachsenen Menschen die Augen geöffnet. Kinder betonen beim Lernen eindeutig die Differenzierung – es geht darum, ein Ding vom anderen zu trennen. "Was ist das?" "Warum ist es so und nicht so?", "Welche anderen Formen gibt es?" Kinder suchen aktiv nach Unterschieden. Und viele Menschen – Psychologen eingeschlossen – waren davon so beeindruckt, dass sie annahmen, bei allen Lernvorgängen gehe es um Differenzierung, also darum, mehr und mehr "Dinge" zu lernen.

Jung hingegen hat darauf hingewiesen, dass Erwachsene mehr nach Integration suchen, danach, Gegensätze zu überbrücken. Erwachsene suchen nach der Verbindung zwischen Dingen, danach, wie die Dinge zusammenpassen, wie sie interagieren, wie sie zum Ganzen beitragen. Wir wollen allem einen Sinn abringen, die Bedeutung finden, den Zweck des Ganzen. Kinder entwirren die Welt; Erwachsene knüpfen alles wieder zusammen.

Verbindungen

Einerseits steht Jung noch in der Tradition seiner Freudianischen Wurzeln. Er betont das Unbewusste sogar noch mehr als die Freudianer. Man kann ihn im Grunde als die logische Erweiterung von Freuds Tendenz betrachten, die Gründe für alles in die Vergangenheit zu verlagern. Auch Freud sprach von Mythen – zum Beispiel von Ödipus – und davon, welche Bedeutung diese Mythen für die moderne Psyche haben.

Andererseits hat Jung vieles mit Neofreudianern, Humanisten und Existentialisten gemeinsam. Er geht davon aus, dass wir uns fortentwickeln, uns in eine positive Richtung bewegen statt uns nur anzupassen, wie Freudianer und Behavioristen es sehen würden. Jungs Vorstellung der Selbsterkenntnis ähnelt eindeutig der Vorstellung der Selbstverwirklichung.

Das Balancieren oder Transzendieren von Gegensätzen findet auch Entsprechungen in anderen Theorien. Alfred Adler, Otto Rank, Andreas Angyal, David Bakan, Gardner Murphy und Rollo May sprechen alle von der Balance zweier gegensätzlicher Neigungen, die eine in Richtung individueller Entwicklung und die andere hin zur Entwicklung von Mitgefühl oder sozialem Interesse. Rollo May spricht davon, dass die Psyche aus vielen "*daimons*" (kleinen Göttern) besteht, wie etwa das Bedürfnis nach Sex oder Liebe oder Macht. All diese sind positiv, sollte eines dieser Bedürfnisse jedoch die gesamte Persönlichkeit beherrschen, haben wir es mit einer "daimonischen Besessenheit" (*daimonic possession*) oder psychischer Krankheit zu tun!

Und zu guter Letzt haben wir durch Jungs Arbeit eine breitere Interpretationspalette zum Beispiel der Symptome oder Träume oder freier Assoziation erhalten. Während Freud mehr oder weniger rigide (insbesondere sexuelle) Interpretationen entwickelte, fand Jung eher freie "mythologische"

Interpretationen, in denen irgendwie alles alles mögliche bedeuten könnte. Insbesondere die existentialistische Analyse hat von Jungs Vorstellungen profitiert.

Literatur

Die meisten Werke sind in Sammelbänden zu C. G. Jung enthalten. Ich muss allerdings warnen, dass seine Texte keine leichte Kost darstellen, doch sie sind voller interessanter Dinge, die die Mühe reich belohnen.

Wenn Sie nach leichter Kost suchen, versuchen Sie vielleicht *Analytic Psychology: Its Theory and Practice*, eine Vorlesungsreihe.

Oder lesen Sie *Der Mensch und seine Symbole (Man and His Symbols)*, in verschiedenen Editionen erhältlich, von großen reich illustrierten Ausgaben bis hin zum preisgünstigen Taschenbuch.

Wollen Sie eher oberflächliches Wissen über Jung, versuchen Sie eine Textsammlung wie *Modern Library: The Basic Writings of C. G. Jung*.

Das beste Buch, das ich je über Jung gelesen habe ist *C.G. Jung - Erinnerungen, Träume, Gedanken*, 1962, dieses Buch hat Jung zusammen mit seiner Studentin Aniela Jaffé geschrieben.

Eine großartige Website über Jung mit Links zu zahlreichen anderen Seiten finden Sie in Matthew Clapp: Jung Index unter <http://www.jungindex.net/>