

Österreichische
Balint-
Gesellschaft
21.
Fachtagung,
26.4.2025,
Ärzttekammer
Salzburg



Das digitale Unbewusste und die Balint-Arbeit ^[*]

The Digital Unconscious and the Balint Work
Giuliano Castigliego

Zusammenfassung

Unter dem Aspekt des Sehens und Gesehenwerdens werden die im Bereich der neuen Medien entstehende psychischen Prozesse bei den Nutzern intrasubjektiv und interaktionell thematisiert. Dies erfolgt unter Hinweis auf Freud und den Begriffen des Unbewussten und des Traumverständnisses. Auch für das Digitale gilt: Es gibt in diesem System keine Negation, keinen Zweifel, keine Grade von Sicherheit. Der Begriff eines psychodynamischen digitalen Unbewussten wird eingeführt und erläutert. Die Konsequenzen für die Balintgruppe werden beschrieben mit der Möglichkeit diese auch als sozialen Übergangsraum zu verstehen.

Abstract

Under the aspect of seeing and being seen, the psychological processes that arise in the area of the new media in the users are addressed intrasubjectively and interactively. This is done with reference to Freud and the concepts of the unconscious and the understanding of dreams. The same applies to the digital: There is no negation, no doubt, no degree of

certainty in this system. The concept of a psychodynamic digital unconscious is introduced and explained. The consequences for the Balint group are described with the possibility of understanding them as a social transition area.

Schlüsselworte

Soziale Medien - psychodynamisches digitales Unbewusste - soziale Netzwerke - Hybrides Leben - „onlife“ - sozialer Übergangsraum

Key words

social media - psychodynamic digital unconscious - social networks - hybrid life - onlife - social transition space

Einleitung

Sehen und Gesehen werden

Delphine De Vigans neuester Roman „Die Kinder sind Könige“ [1] zeigt die Auswirkungen der sozialen Medien auf das Familienleben und zeichnet das Porträt einer Gesellschaft, in der es nichts gibt, was nicht inszeniert und damit kommerzialisiert werden kann, angefangen bei den Kindern. „Die Tore zur Hölle“ [2] – schreibt die Autorin – wurden geöffnet durch das Reality-Fernsehen, welches den „möglichen Übergang vom Sehen zum Gesehenwerden“ [3] geboten hat. Danach sind Internet und die sozialen Medien dazugekommen, die jedem ermöglichen, „sich zu zeigen, draussen und drinnen und bis ins kleinste Detail“ [4] und auf diese Weise den Wunsch zu erfüllen, gesehen, anerkannt, bewundert zu werden, ohne „nichts herzustellen, zu schaffen oder zu erfinden“, [5]. Mélanie, die Protagonistin, wuchs in der französischen Provinz mit Reality-TV auf, fasziniert von der Vorstellung der Berühmtheit. Anfänglich begeistert von der Teilnahme an einer Fernsehshow, ist sie ebenso enttäuscht und narzisstisch gekränkt, als sich ihre Teilnahme als Katastrophe entpuppt. Doch Jahre später macht sie das wieder wett, indem sie einen äußerst erfolgreichen YouTube-Kanal, *Happy Récré*, gründet, der sich ganz der Darstellung des Alltags ihrer beiden Kinder, dem 8-jährigen Sam und der 6-jährigen Kim widmet. Das von Mélanie und ihrem Mann Bruno geschaffene Produkt findet nicht nur den begeisterten Zuspruch von Millionen von Abonnenten, sondern bringt auch Sponsoren, Promotionen und Werbekampagnen und damit große Einnahmen ein. Die Kinder fügen sich den Forderungen ihrer Mutter, die wiederum den Wünschen der Unternehmen entgegenkommt, von denen die lukrativen Einnahmen stammen. Alles scheint perfekt zu laufen, bis Kim verschwindet. Die Polizei leitet eine Fahndung ein und die Polizistin Clara, deren Bildung und Ausbildung das komplementäre Gegenteil von Mélanie ist, fragt sich, wer Mélanie wirklich sei. Die Überlegungen, die Clara beim Betrachten der Tausenden von Videos von Mélanie äußert, gelten nicht nur für Mélanie, aber für unsere ganze Gesellschaft:

„Wer ist diese Frau? Das Bedürfnis nach Anerkennung, das aus diesen Bildern sprach, war nicht zu übersehen. Mélanie Claux wollte, dass man sie anschaute, ihr folgte, sie liebte. Ihre Familie war ein Werk, eine Leistung, und ihre Kinder eine Verlängerung ihrer selbst. Die Flut von Emoticons, die sich bei jedem geposteten Bild über sie ergoss, die Komplimente über ihre Kleidung, ihre Frisur, ihr Make-up kompensierten sicher eine Schwäche oder eine Sorge. Inzwischen jedoch waren die Likes, die Herzchen, der virtuelle Applaus zu ihrem Motor, zu ihren Lebenszweck geworden: so etwas wie die Rendite einer emotionalen und effektiven Investition, auf die sie nicht verzichten konnte“...

„Oder aber Mélanie Claux war eine überaus geschickte Geschäftsfrau...Teilen war eine Investition. Geheimnisse, Marken und Anekdoten teilen – das war das Erfolgsrezept.“...

„Und wenn sie sich auf dem Holzweg befand?“...„Mélanie Claux war keine Ausnahme. Mélanie Claux war wie die anderen ... wie dutzende von Eltern, die unter dem Namen ihrer Kinder Kanäle eingerichtet hatten und für die sich die Frage der Exposition oder der Überexposition nicht stellte. Und sie waren nicht die einzigen. Man brauchte diese Plattformen des Teilens nur anzusehen um zu begreifen, dass sich der Begriff der Privatsphäre ganz allgemein von Grund auf verändert hatte. Die Grenzen zwischen Innen- und Aussenwelt waren längst verschwunden. Diese Inszenierung der eigenen Person, der Familie, des Alltags, das Streben nach Likes, all das hatte Mélanie ja nicht erfunden. Es war inzwischen eine Lebensweise, eine Form des Auf-der-Welt-seins.“ ...

„Diese Frau war weder Opfer noch Henker, sie gehörte zu ihrer Epoche. Einer Epoche, in der es normal war, dass man gefilmt wurde, noch bevor man zur Welt kam. ... Inzwischen konnte sich jeder vorstellen, sein Leben verdiene das Interesse der anderen, und den Beweis dafür ernten. Jeder konnte sich als Persönlichkeit, als Celebrity betrachten und entsprechend verhalten. Im Grunde hatten YouTube und Instagram den Traum eines jeden Jugendlichen wahr werden lassen: geliebt zu werden, Fans und Menschen zu haben, die einem folgten. Es war nie zu spät dafür, diese Möglichkeit zu nutzen. Melanie war eine Frau ihrer Zeit. So einfach war das. Um zu existieren, musste man Aufrufe, Likes und Stories anhäufen ... Jeder war zum Administrator seiner Selbstdarstellung geworden und diese ein unverzichtbares Element der Selbstverwirklichung“ [6].

Der Blick der Schriftstellerin weitet sich dann von Mélanie Claux auf die gesamte Gesellschaft, denn, wie Clara argumentiert, „es ging nicht darum zu wissen, wer Mélanie Claux war. Es ging darum, zu wissen, was diese Epoche tolerierte, ermutigte und sogar glorifizierte“ [7]. Nicht um zu urteilen, zu verurteilen, sondern um zu verstehen. So wie Clara sich vor Urteilen drückt, um den Fall zu verstehen und zu lösen, stellt die Autorin, ohne zu urteilen auch die Gefühlswirren dar, die sich zwischen den Familienmitgliedern entwickeln, bis sie von einem digitalen Spinnennetz tragisch umhüllt werden. Mit einem raffinierten Schreibstil lässt Delphine de Vigan uns spüren, wie sehr unsere Impulse und Emotionen unsere Beziehung zum Digitalen beeinflussen und umgekehrt, bis hin zur Frage, welche Folgen das für unsere Zukunft haben könnte.

Wenn auch hoffentlich niemand von uns in einem solchen digitalen Spinnennetz steckt, in das die Protagonistin des Romans verstrickt ist, glaube ich, dass alltägliche Schwierigkeiten mit dem Digitalen keinem von uns unbekannt sind, zumindest in der Beziehung zu unseren PartnerInnen, unseren Kindern und Enkeln (Die genervte Frage „bist du schon wieder im Netz, auf Social, chat, Handy? Ich denke dies ist jedem bekannt). Obwohl einige von uns gerne analog bleiben möchten und sogar alles tun würden, um nichts mit dem Digitalen zu tun zu haben, gehört das Digitale mittlerweile zu unserem Alltag, man denke nur an die Tatsache, dass wir im Internet auf unseren Mobiltelefonen nach der nächsten Zugverbindung, der Öffnungszeit eines Geschäfts oder eines Büros suchen, wir fahren mit GPS an einen uns noch unbekanntem Ort usw. Kurz gesagt, wir führen ein hybrides Leben, das nicht mehr zwischen online und offline unterscheidet, das Digitale fließt in unseren Offline-Alltag ein und umgekehrt, eine Situation, die der Informationsphilosoph Floridi elegant mit dem Neologismus „onlife“

[8] zusammengefasst hat. Und nicht nur das. Während wir das Gefühl haben, nach Belieben auf den digitalen Kontinent zugreifen zu können und seine Eingänge und Zugänge zu kontrollieren, kontrolliert uns das Digitale und übt eine Faszination auf uns aus, der wir uns nicht entziehen können, indem wir uns immer mehr dem Digitalen zuwenden, immer mehr Zeit damit verbringen und uns zunehmend auch neue Realitäten vorstellen, die darüber hinausgehen (Meta, Metaversus).

Das hybride Leben

In gewisser Weise wurde ein Paradoxon in Bezug auf Freuds Vorschlag verwirklicht, das Unbewusste zugunsten des Bewussten auszutrocknen, wie es bei der Trockenlegung der Zuyderzee geschah, um neues Ackerland zu gewinnen. Wir alle erinnern uns an die berühmte Passage aus der Einführung in die Psychoanalyse, Zweite Vorlesungsreihe (1932), in der Freud feststellte: „Wo Es war, soll Ich werden“. Unmittelbar danach fügt Freud eine oft vergessene Anmerkung hinzu: „Es ist Kulturarbeit, etwa wie die Trockenlegung der Zuyderzee“. [9] Die Trockenlegung dieses holländischen Sees, der durch das ungestüme Meer versalzen wurde, war ein gewaltiges Werk, das im 19. Jahrhundert lange diskutiert und in mehreren Etappen vollendet wurde, wobei eine der wichtigsten Etappen kurz vor Freuds oben erwähntem Aufsatz stattfand.

Die Freudsche Metapher von der Entwässerung der Zuyderzee ist sehr interessant und zeigt uns ausnahmsweise einen Freud, der eindeutig mehr ein Kind seiner Zeit ist als ein brillanter Neuerer. Die Aussicht auf ein Austrocknen des bedrohlichen Meeres des Es, zugunsten des Auftauchens eines neuen Landes des Ich, offenbart einerseits Freuds Angst vor dem Unbewussten, das sogar trockengelegt werden sollte. Es zeigt andererseits, wie sehr sich Freud der Aufgabe verpflichtet fühlte, durch die neue psychoanalytische Bewegung die Zivilisation auch in die Psyche des Menschen zu bringen, wie es die Technik mit majestätischen Werken in seine äußere Welt gebracht hatte. Doch was bleibt nun von Freuds Wunsch? Anstatt die Zuyderzee aus unserem Unbewussten zu entleeren, haben wir einen anderen Kontinent geschaffen, einen digitalen, den wir als „Ort der Transaktionen, der Beziehungen und des reinen Denkens“ gedacht haben... „eine Realität jenseits der Welt unserer Körper, eine Welt, die gleichzeitig überall und nirgends ist“, wie es in der „Unabhängigkeitserklärung des Cyberspace“ [10] heißt, die von John Perry Barlow, dem Gründer der Electronic Frontier Foundation, geschrieben und am 8. Februar 1996 nicht weit von hier, in Davos, online veröffentlicht wurde. Darin heißt es unter anderem: „Regierungen der industriellen Welt, ihr müden Giganten aus Fleisch und Stahl, ich komme aus dem Cyberspace, der neuen Heimat des Geistes. Im Namen der Zukunft bitte ich euch aus der Vergangenheit, uns in Ruhe zu lassen. Sie sind bei uns nicht willkommen. Ihr habt keine Hoheit über den Ort, an dem wir uns versammeln“, gerade weil Barlow und die frühen Internetpioniere diese Realität als „einen Ort des reinen Denkens“ verstanden [11].

In Wirklichkeit haben wir eine neue Welt erschaffen, die digitale Welt, und natürlich haben wir unser eigenes Unbewusstes mit in die neue digitale Welt gebracht, das in diesem Grenzgebiet zwischen Traum und Phantasie einen fruchtbaren Nährboden gefunden hat. Wir haben all unsere Projektionen von Rationalität, Aufklärung und Erlösung, aber auch von Lust und Aggression auf das Digitale übertragen, so dass das Digitale vom Paradies zu einem neuen verlorenen Paradies geworden ist, über das wir keine Kontrolle mehr haben - vorausgesetzt natürlich, dass wir überhaupt jemals die Kontrolle darüber hatten. Bereits Freud vor mehr als hundert Jahren führte uns schmerzhaft vor Augen, dass „das Ich nicht Herr in seinem eigenen Haus“ [12] ist und die Neurowissenschaft hat dies ja ebenfalls bestätigt. Aber wir sind auch nicht mehr Herren im Digitalen, unserer Schöpfung schlechthin, die eine negative Verwandlung in den letzten Jahren erfahren habe über die wir uns täglich beklagen und die zu den in Delphine de Vigan's Roman beschriebenen Exzessen führen kann. Andererseits wäre es seltsam, wenn die Schöpfung (das Digitale) nicht die Eigenschaften ihres Schöpfers (des Menschen) widerspiegeln würde.

Traum und Tagtraum

Welche sind dann die Merkmale des Digitalen? Bevor wir sie genauer analysieren, wollen wir um besser zu verstehen eine kurze Einführung geben, was die bewussten und unbewussten Realitäten sind, in denen wir uns Menschen außerhalb unserer Alltagswirklichkeit bewegen können.

Zunächst einmal der *Traum*. Gérard de Nerval schreibt im Incipit seiner Novelle Aurelia, deren Untertitel nicht zufällig „Der Traum und das Leben“ lautet: „Der Traum ist ein zweites Leben. Jene Pforten aus Elfenbein oder Horn, die uns vor der unsichtbaren Welt trennen, habe ich nicht ohne Schaudern durchqueren können. Die ersten Augenblicke des Schlafs sind ein Bild des Todes. Lähmende Starre befällt unser Denken und wir können den Augenblick nicht genauer erfassen, in welchem das Ich in anderer Gestalt das Werk der Existenz fortsetzt. Ein schemenhaftes Gefühl erhellt sich allmählich, und aus Nacht und Schatten lösen sich die bleichen, schwerfällig unbeweglichen Gestalten, die in der Vorhölle wohnen. Dann gestaltet sich das Bild, eine neue Klarheit erhellt und lässt die sonderbaren Erscheinungen sich regen. Die Welt der Geister tut sich uns auf“ [13]. Der Traum, der den Menschen seit jeher begleitet und dem der Mensch seit der Antike eine besondere Aufmerksamkeit und auch eine religiöse oder spirituelle Bedeutung beigemessen hat, ist die Welt, in der sich unsere Ängste, Befürchtungen, Traurigkeiten, Freuden, Aggressionen, Konflikte, Schmerzen, Traumata widerspiegeln, darstellen und verarbeiten. Schließlich sind wir „aus solchem Stoff wie Träume sind, und unser kleines Leben ist von einem Schlaf umringt“ („We are such stuff as dreams are made on; and our little life is rounded with a sleep.“ Shakespeare [14]. Das 20. Jahrhundert begann mit einem der großen Träume der Menschheit: Die Traumdeutung, welche Freud bereits 1899 fertig gestellt hatte, aber da er wohl um dessen Bedeutung als Jahrhundertwerk wusste oder zumindest hoffte, dieses erst 1900 publiziert hatte – ein grandioser marketingtechnischer Trick, über den man heute noch staunen kann.

Die Tagträume sind jedoch nicht weniger Wert. Freud glaubte sogar, dass der Tagtraum – der Traum mit offenen Augen - das Bindeglied, die gemeinsame Aktivität zwischen dem Künstler und uns allen ist. „Die Dichtung“ schreibt Freud in seinem Aufsatz „Der Dichter und das Phantasieren“ ist „wie der Tagtraum Fortsetzung und Ersatz des einstigen kindlichen Spielens“ [15]. Er führt weiter fort, dass die Fähigkeit des Dichters, uns mit seinen Geschichten zu faszinieren, gerade daher rührt, dass auch in uns eine der schöpferischen Tätigkeit des Dichters ähnliche Tätigkeit des Phantasierens vorhanden ist. Der Dichter, schreibt Freud, „tut nun dasselbe wie das spielende Kind; er erschafft eine Fantasiewelt, die er sehr ernst nimmt, d. h. mit grossen Affektbeträgen ausstattet, während er sie von der Wirklichkeit scharf sondert“ [16]. Der Unterschied liegt darin, dass das Kind die Gegenstände und Situationen, die es sich vorstellt, auf die sichtbaren und greifbaren Dinge der realen Welt stützt (vier Bretter werden ein Auto, eine Puppe ein Baby, ein Schal eine Schauspielerin) Nur diese Unterstützung und nichts anderes unterscheidet das „Spielen“ des Kindes vom „Phantasieren“ des Dichters. Der Künstler geht über das Reale hinaus, in die symbolische Dimension. In jedem Fall sind sowohl der kreative Akt als auch das kreative Vergnügen auf Frustration zurückzuführen. „Unbefriedigte Wünsche sind die Triebkräfte der Phantasien, und jede einzelne Phantasie ist eine Wunscherfüllung, eine Korrektur der unbefriedigenden Wirklichkeit“ [17].

Es ist kein Zufall, dass die Poesie ihre Wurzel im griechischen ποιέiv hat, d. h. eine andere Welt schaffen, eine narrative und allgemein künstlerische Welt zum Leben zu erwecken. Seit jeher, oder besser gesagt, seit der Mensch so ist, wie wir ihn heute kennen, verfügt er über ein zweites Leben, das der Träume, und ein drittes, das des Spiels, der Phantasie, der Vorstellungskraft, des Erzählens und - für die „Auserwählten“ – der künstlerischen Schöpfung.

Aber erst seit etwa dreißig Jahren haben wir, zunächst über den PC, dann über Tablet und Smartphone, Zugang zum WEB und damit zu einem weiteren Leben, das weder traumhaft,

noch erzählerisch, noch künstlerisch ist, sondern digital, welches vom Internet bis zu sozialen Netzwerken schweift. Die Eigenschaften dieses digitalen Lebens sind zum Teil den Tagträumen und zum Teil den Nachtträumen ähnlich, - wobei der Nachttraum laut Freud der direkte Weg zur Erkenntnis des Unbewussten ist. Ein solches „digitales Leben“ zeichnet sich auf den ersten Blick durch Inhalte aus, die sich durch ein Höchstmaß an Rationalität und ein viel höheres Maß an Aktivität auszeichnen als z. B. die Träume. Statt passiv darauf zu warten, dass uns der Schlaf einholt, dass Morpheus uns, zu seinen Bedingungen und zu seiner Zeit, in die Arme nimmt, dass uns die Musen küssen oder wir uns erzählerisch oder schöpferisch anstrengen müssen, entzünden wir prometheisch den Funken des „digitalen Lebens“ und können dann darin auf virtuelle Realitäten zugreifen.

Das Unbewusste

Aber welches sind die Merkmale des Digitalen? Ich versuche sie anhand von Freuds „Das Unbewusste“ [18] zu analysieren, in dem er seine Erkenntnisse und Hypothesen zusammenfasst und die Merkmale des Unbewussten zum ersten Mal systematisch aufzeigt hat. Hier ist, was Freud über das Unbewusste schreibt:

„Es gibt in diesem System keine Negation, keinen Zweifel, keine Grade von Sicherheit“ [19].

„Es herrscht eine weit grössere Beweglichkeit der Besetzungsintensitäten. Durch den Prozess der *Verschiebung* kann eine Vorstellung den ganzen Betrag ihrer Besetzung an eine andere abgeben, durch den der *Verdichtung* die ganze Besetzung mehrerer Anderer an sich nehmen“ [20]. Freud definiert dann die typischen Abläufe im Unbewussten als den „Primärvorgang“, in welchem eben die Prozesse der Verschiebung und der Verdichtung bestehen, die ebenfalls für die Erzeugung von Träumen verantwortlich sind.

„Die Vorgänge des Systems unbewusstes sind zeitlos, d. h. sie sind zeitlich nicht geordnet, werden durch die verlaufende Zeit nicht abgeändert, haben überhaupt keine Beziehung zur Zeit“ [21].

„Ebenso wenig kennen die unbewusste Vorgänge eine Rücksicht auf die Realität. Sie sind dem Lustprinzip unterworfen“ [22].

Freud fasste so zusammen: „*Widerspruchslosigkeit, Primärvorgang* (Beweglichkeit der Besetzung), *Zeitlosigkeit, Ersetzung der äusseren Realität durch die psychische* sind die Charaktere, die wir an den zum System „Unbewusstes“ gehörigen Vorgängen zu finden erwarten dürfen“ [23].

Man muss nicht über die Genialität von Freud verfügen, um die außergewöhnlichen Analogien zwischen den Eigenschaften, die Freud dem Unbewussten zuschreibt und den konstitutiven Merkmalen des Digitalen zu erkennen!

Erstens die *Ersetzung der äußeren Realität durch eine andere*, die wir im Falle des Digitalen nicht ohne weiteres als psychisch bezeichnen können, auch wenn der Cyberspace in der Unabhängigkeitserklärung ausdrücklich als „die neue Heimat des Geistes“ bezeichnet wurde. In der Tat ist es schwierig, ein zufriedenstellendes Vokabel für die digitale Realität zu finden. Zunächst wurde sie als Cyberspace bezeichnet, dann als virtuelle Realität, dann als erweiterte Realität (augmented Reality), und derzeit bezeichnet man sie am häufigsten als digital, wobei dies nur Bezug nimmt auf die Technologie, deren sie sich bedient.

Zeitlosigkeit. Die Inhalte des Digitalen sind zwar geordnet oder zumindest zeitlich zu ordnen, „werden aber durch den Lauf der Zeit nicht verändert“, ebenso wenig wie unbewusste Prozesse, die zu einer theoretisch unbegrenzten Dauer tendieren. Die digitalen Inhalte, seien es Darstellungen epochaler Ereignisse, seien es intime Details unseres Lebens, Liebe oder Beleidigungen, wichtige Kenntnisse oder Fake News bleiben immer abrufbar, auch nach dem Tod der Autoren. Mit der Zeitlosigkeit im Cyberspace beginnen wir uns erst in jüngster Zeit zu arrangieren, indem wir versuchen, z. B. die digitale Vererbung auch rechtlich zu regeln oder unerwünschte Spuren von uns in der digitalen Welt beseitigen zu lassen. (Es ist kein Zufall, dass das Unternehmen Sparks & Honey glaubt, dass einer der acht Jobs der Zukunft der Digital Death Manager sein wird, dessen Aufgabe es u. a. sein wird, Unterstützung zu leisten, um das online geteilte Material zu organisieren, und ein klares Bewusstsein für das Schicksal unseres digitalen Lebens zu bestimmen, wenn wir es nicht mehr selbst bewältigen können. „Wie im Unbewussten werden die Inhalte des Digitalen in einen Kontext gestellt, der sie vor dem Verschleiß der Zeit schützt. „Alles, was bewusst ist, nutzt sich ab. Was unbewusst ist, bleibt unabänderlich“ [24].

Ebenso offenkundig ist die *Analogie zwischen der extremen Mobilität der unbewussten Besetzungen und der digitalen Realität*, in der Inhalte auf unmittelbare Weise von emotionalem und affektivem Interesse ein- und ausgeschaltet werden, man denke nur an das Phänomen der Viralität -die trend topics ändern sehr schnell, ... Was heute viral ist, wird morgen nicht mehr viral sein, ja wahrscheinlich nicht einmal mehr heute Abend.

Obwohl der *aristotelische Grundsatz des Widerspruchs* nicht formal außer Kraft gesetzt ist, *wird er in der digitalen Welt*, in der alles und das Gegenteil von allem nebeneinander existiert, **praktisch außer Acht gelassen**. Was Freud über das Unbewusste schrieb „Es gibt in diesem System keine Negation, keinen Zweifel, keine Grade von Sicherheit“, gilt auch für das Digitale. Es ist das, was dem Digitalen häufig vorgeworfen wird, nämlich das Fehlen jeglicher Rangordnung und jedes Wertsystems, an welchem man sich orientieren kann. Dies ist aber genau auch die Grundlage für die erwünschte Freiheit des Internets, die in der oben erwähnten Unabhängigkeitserklärung des Cyberspace gefordert wurde.

Das digitale Unbewusste

Ich glaube daher, dass es psychoanalytisch zwar gewagt, jedoch legitim ist, von einem „digitalen Unbewussten“ zu sprechen und es als die Gesamtheit dessen zu definieren, was wir unbewusst auf das Internet und die sozialen Medien projizieren (Affekte, Gedanken, Absichten), sowie die unbewussten Reize, die das Digitale in uns auslöst und die unseren Alltag beeinflussen. In diesem Sinne geht das psychodynamisch intendierte, digitale Unbewusste über das kognitive Konzept des digitalen Unbewussten hinaus, das der niederländische Soziologe Derrick De Kerckhove vorgeschlagen hat als die „enorme Menge an Daten im Netz, die potenziell über jeden von uns extrahiert werden können“ [25]. Es ist auch nicht das künstliche Unbewusste, worüber Legrenzi und Umiltà schreiben: „Die enorme Menge an Informationen, die unsere Computerbildschirme überfluten, hat eine Art künstliches Unbewusstes geschaffen, eine Quelle heimtückischer Fallen für unser Urteilsvermögen“ [26]. Wie Aaron Balick [27] vorschlägt, kann man sich das Internet und die sozialen Medien als Projektionsfläche unserer Affekte und Gedanken vorstellen und somit das digitale Unbewusste im psychoanalytischen Sinne verstehen, als die Gesamtheit der unbewussten Wechselwirkung zwischen uns und der digitalen Welt. Das so intendierte digitale Unbewusste befindet sich natürlich nicht im Internet, in den sozialen Medien oder in den mehr oder weniger sicheren und zuverlässigen Datenbanken von Big Tech, sondern es ist in uns und funktioniert auf die gleiche Weise wie unser traditionelles Unbewusstes, indem es uns dazu bringt, unsere innersten Gefühle, unsere unzugänglichsten Gedanken und unsere uneingestanden Wünsche auf das Digitale zu projizieren, ohne dass wir uns dessen bewusst sind. Ebenso wird das, was im Netz verfügbar ist und von Nutzern auf

Plattformen ebenso mit mindestens unbewussten gesendet und gepostet wird, von uns durch den unweigerlich verzerrenden Filter unserer früheren, emotionalen und kognitiven Erfahrungen aufgenommen. Dies ist an sich nichts Neues im Vergleich zu dem, was uns immer im Alltag widerfährt, wo das Verhalten und die Worte anderer der Verzerrung durch unsere kognitiven Vorurteile und emotionalen Reaktionen ausgesetzt sind, nur dass dies in der digitalen Welt in einem beschleunigten Tempo und im Allgemeinen mit größerer Intensität geschieht. Dies ist zum einen auf die Verringerung der uns im heutigen Digitalen zur Verfügung stehenden, sensorischen Elemente - im Wesentlichen nur das Sehen und das Hören - und andererseits auf das Phänomen der Internet-Regression zurückzuführen. Bereits 1996 hatte Holland [28] festgestellt, dass im Internet eine fehlende/verringerte Hemmung zu beobachten war, welche er eben als Regression deutete, die drei Hauptsymptome verursacht: flame, sexual harassment, extraordinary generosity (Beleidigung, sexuelle Belästigung, übertriebene Großzügigkeit). Darüber hinaus wurde 2014 in einem ethisch umstrittenen, aber wissenschaftlich korrekten Experiment, das in der Fachzeitschrift PNAS [29] veröffentlicht wurde, das Phänomen der emotionalen Ansteckung über soziale Netzwerke nachgewiesen, d. h. die Tatsache, dass emotionale Zustände durch emotionale Ansteckung auf andere Nutzer sozialer Netzwerke übertragen werden können, ohne dass sie sich dessen bewusst sind und ohne dass ein direkter persönlicher Kontakt erforderlich ist. So projizieren wir online Emotionen auf Andere, denen wir uns in den meisten Fällen nicht bewusst sind, und ebenso unbewusst interpretieren wir das Verhalten anderer.

Das Konzept des „psychodynamischen digitalen Unbewussten“ ist meiner Meinung nach ein nützliches Instrument, um besser zu verstehen, was bei unserem Austausch im Internet und in den sozialen Medien geschieht. Unsere Beziehung zum Digitalen kann auf diese Weise sinnvoll interpretiert werden, indem ihre unbewussten Aspekte aufgedeckt werden und wir uns so vor Illusionen und falschen Wahrnehmungen besser schützen können. Wenn wir verstehen, dass wir unbewusst Eigenschaften auf das Digitale projizieren, die eigentlich unsere eigenen sind, wie wir es in Träumen, Witzen und Fehlleistungen tun, werden wir besser verstehen können, warum wir auf Social Media von einem bestimmten Bild so fasziniert sind, den Drang haben, unbedingt einen bestimmten Kommentar zu posten oder zu bekämpfen, es uns so wichtig ist, retweetet zu werden, Likes zu erhalten usw. Indem man sich auf das Konzept eines psychodynamischen, digitalen Unbewussten bezieht, ist es auch möglich, die moralische Schamfalle zu überwinden, nach der jede Beziehung zum Digitalen eine Sucht, eine Illusion (oder sogar ein Wahn) wäre, wobei die einzige Rettung oder Normalität darin bestünde, sich ganz dem Digitalen fernzuhalten. Das Konzept des psychodynamischen digitalen Unbewussten ermöglicht es auch, die Mechanismen der Viralität, der Beschämung und des medialen Prangers zu verstehen, die in den sozialen Medien häufig als Waffe eingesetzt werden, um den Gegner zu verhöhnen, zu demütigen und zu Fall zu bringen. Luca De Biase schreibt: „In sozialen Netzwerken werden die sozialen Regeln, die von ‘Stämmen’ über konventionelle Gedanken auferlegt sind, sehr oft durch den instrumentellen Einsatz von Beschämung durchgesetzt, in Kontexten, in denen die gewalttätigsten und härtesten Formen der Kontroverse durch Algorithmen verstärkt zu werden scheinen, die auswählen, was die Menschen am ehesten sehen“ [30].

Das psychodynamische digitale Unbewusste kann uns aber auch helfen, Leon Wurmser's Konzept der Maske auch auf das Digitale anzuwenden und so zu vermeiden, dass wir auf den sozialen Netzwerken in unserer eigenen narzisstischen Maske gefangen sind, oder uns von den Masken anderer blenden lassen.

Der Wert des Konzepts des psychodynamischen, digitalen Unbewussten endet jedoch nicht hier. Ich fahre zurück zur Zuydersee und gehe noch kurz auf die Balint-Arbeit ein. Mit oder ohne Freuds Einwilligung wird heute akzeptiert, dass der Teil des präverbalen Unbewussten, der nicht aus der Verdrängung stammt, in uns bleibt und nicht in das Bewusste umgewandelt werden kann, wie das versalzene Wasser der Zuydersee in fruchtbare Erde. Es wäre auch

nicht wünschenswert, denn das Unbewusste wird nicht mehr nur als eine Last gesehen, die man loswerden soll, sondern als eine Funktion des Geistes, die uns helfen kann. Unter anderem führte Bion eine neue Sichtweise des Unbewussten ein, die besagt, dass das Unbewusste eine transformative Funktion erfüllt, indem es sensorische und emotionale Erfahrungen der frühen Kindheit in traumähnliche Gedanken umwandelt. Das heißt, das Unbewusste ermöglicht es uns, die Realität zu verarbeiten und zu überwinden, indem wir sie in Vorstellungen umwandeln. Das Unbewusste wird so von einem Container zu einem transformativen und kreativen Gefäß umgewandelt. Es ist u. a. wissenschaftlich erwiesen, dass die Ergebnisse unbewusster Entscheidungsprozesse bewussten Entscheidungen oft überlegen sind. Unbewusste Entscheidungen sind im Allgemeinen besser, wenn es sich um komplexe Urteile handelt, während bewusste Entscheidungen den unbewussten überlegen sind, wenn es nur eine Regel zu beachten gibt [\[31\]](#).

Die Balint-Arbeit

In der Balint-Arbeit appellieren wir doch an dieses Unbewusste, um uns aus den Verstrickungen zu befreien, in die uns unsere reine Rationalität gezwungen hat und die uns daran hindert, einen Ausweg zu sehen! Wie wäre es möglich, sich in den Patienten einzufühlen, über seine und unsere Emotionen zu phantasieren, wenn wir nicht von dieser Phantasie-Fähigkeit, die wir mit dem Kind und dem Dichter teilen, unterstützt würden? Wie könnten wir ein Flash-Phänomen erleben, wenn wir die Bremsen der Rationalität nie losliessen? Letztendlich befinden wir uns in der Balint-Gruppe auch in einem hybriden System, Onlife (nach Floridis erwähntem Neologismus), das heißt, wir befinden uns einerseits in einer konkreten und genau definierten Offline-Realität (wir befinden uns zum Beispiel in der angenehmen Atmosphäre des Waldhaus-Hotels, in unserem mehr oder weniger ausgeruhten oder leidenden Körper, in einem – hoffentlich - klaren und aufmerksamen Bewusstseinszustand, es gibt ein Setting, das der Leiter einhält etc.) und gleichzeitig sind wir aber auch online, in Tuning, wie Balint zu sagen pflegte, mit der Arzt-Patientengeschichte und mit der Gruppe, also in mehr oder weniger fließender und gelungener Beziehung mit dem Unbewussten einer abwesenden Person (dem Patienten) und dem Unbewussten vieler anwesender Menschen, versammelt in einer kleinen oder großen Gruppe. Klingt das abwegig? Die Metaphern werden mit der Entwicklung der Technik gemacht, die zur Verfügung steht. Freud beschrieb die Beziehung zwischen Analytiker und Analysand mit dem Bild des Telefons: „Der Analytiker muss sein eigenes Unbewusstes wie ein Empfangsorgan dem Unbewussten des Patienten zuwenden; er muss sich dem Analysanden gegenüber wie der Hörer des Telefons gegenüber dem sendenden Mikrofon verhalten. So, wie der Empfänger die elektrischen Schwingungen der Telefonleitung in Schallwellen umwandelt, ist das Unbewusste des Arztes in der Lage, aus den Ableitungen des Unbewussten, die ihm mitgeteilt werden, eben dieses Unbewusste, das die Assoziationen des Kranken bestimmt hat, wiederherzustellen“ [\[32\]](#).

Betrachtet man unseren Umgang zum digitalen Unbewussten eher aus dem Blickwinkel der Beziehung anstatt des Inhalts, kann man das digitale Unbewusste als eine neue Art der Realitätsverarbeitung mit rekombinatorischem und daher potenziell kreativem Wert begreifen, was auch den „disruptiven“ Charakter des Digitalen besser erklärt. In unserer Beziehung zum Digitalen kommen wir mit anderen Menschen und Objekten in Kontakt, aber auch mit unbewussten Teilen von uns selbst und anderer, welche wiederum einen mehr oder weniger großen Einfluss auf uns ausüben. Je nachdem, wie wir es schaffen, diese Teile wahrzunehmen und mit ihnen in Einklang und in Einstimmung zu kommen, erhalten wir auch weniger oder mehr kognitive aber auch emotionale Anregungen, die sich in neuen Wegen der Annäherung an die Welt und an uns selbst niederschlagen können. Unter diesem Gesichtspunkt könnte das Digitale Unbewusste auch als eine neue Form des kollektiven Unbewussten im Sinne von C.G. Jung betrachtet werden.

Unter anderem hat sich auch im Digitalen jene Verschiebung von Inhalten zu Beziehungen vollzogen, die bereits in der Psychoanalyse stattgefunden hat, in der wir von der reinen Interpretation von Inhalten auch zur Interpretation von Beziehungen und Beziehungsstilen übergegangen sind. In der Tat, wenn Blogs – „ein Begriff, der aus der Verkürzung der Definition von Weblog, d. h. 'Netzwerkspur', stammt – die Ära der Inhalte markierten, sind wir mit den Social Media und den Plattformen in die Ära der Beziehungen eingetreten, dank der Fähigkeit derselben „Plattformen, die Beziehungen zwischen den Nutzern durch den Aufbau eines sozialen Graphen verfolgen, in dem ihre Kontakte, Aktivitäten und Vorlieben kodiert sind“. „Man könnte sagen, dass Blogs für Inhalte stehen, während soziale Netzwerke für Beziehungen stehen“ [33].

Soziale Netzwerke als Übergangsraum ?

Nach Balick stellen die sozialen Netzwerke eine Art Übergangsraum dar, analog zum Übergangsobjekt, der es dem Kind ermöglicht, von der subjektiven Wahrnehmung seiner Mutter als Teil von sich selbst zu einer objektiven Wahrnehmung überzugehen, nach welcher es sie als reales, unabhängiges, externes Objekt wahrnimmt. Auch die sozialen Medien verdeutlichen, wie wir andere in einem Spektrum zwischen Subjektivität und Objektivität wahrnehmen: Im ersten Fall nehmen wir andere einfach als Teile von uns (related to) und damit voll und ganz zu unserer Verfügung stehend wahr, im zweiten Fall als unabhängige, externe Subjekte, denen wir auf Augenhöhe begegnen. Dazwischen entfaltet sich natürlich eine unendliche Reihe von Nuancen in einem „Cyberspace, der wie das Unbewusste funktioniert und sich an alles erinnert, während das Bewusstsein nur das behält, was gerade auf dem Bildschirm zu sehen ist“ [34]. Indem sie als potenzieller Raum zwischen Subjekt und Umgebung fungiert, kann die Online-Erfahrung uns auch helfen, den schwierigen Weg zwischen Trennungsangst und der Angst, vom Objekt verschlungen zu werden, erhellen [35].

Autorinnen/Autoren

Giuliano Castigliero

ist Arzt, Psychiater und analytisch orientierter Psychotherapeut in eigener Praxis in Chur, Kanton Graubünden, Schweiz. Er ist Mitglied der psychoanalytischen Akademie der italienischsprachigen Schweiz und der Schweizerischen Balint Gesellschaft. Er hat die Vereinigung [uma.na.mente](http://www.umanamenteonline.it) <http://www.umanamenteonline.it> mitbegründet und kuratiert den Blog „Incontri di confine“ auf Nòva, Il Sole 24 ore <https://giulianocastigliero.nova100.ilsole24ore.com>.