



Erich Fromm Glossary – Grundbegriffe Erich Fromms

Any kind of commercial use of the texts requires written permission from Erich Fromm's Literary Rights Administrator and, as a rule, also from the publisher holding the rights for the title in question.

psychotherapy, effect of -

On what rests the therapeutic effect of psychoanalysis? From my own point of view I would say [...] the therapeutic effect of psychoanalysis is first based on the increase of freedom which a person has when he can see his real conflicts instead of fictional conflicts. [...] The second point is that every repression requires energy to keep the repression alive. [...] Once you lift the repression, once you don't have to feed your resistance any more this energy becomes available to you and the result is again an increase in energy. [...] The third point I want to mention is perhaps the most important one. If I remove the obstacles which exist in myself, to be in touch with what really goes on, then my *innate strivings for health* can begin to work. — 1991d [1974]: *Therapeutic Aspects of Psychoanalysis*, in: E. Fromm, *The Art of Listening*, New York (The Continuum Publishing Corporation) 1994, pp. 90-93.)

Psychotherapie, Wirkung der -

Worauf beruht die therapeutische Wirkung der Psychoanalyse? Nach meiner eigenen Sicht [...] beruht sie zum einen auf dem Zuwachs an Freiheit, sobald jemand seine wirklichen Konflikte anstelle seiner fiktiven sehen kann. [...] Die zweite therapeutische Wirkung der Psychoanalyse resultiert aus dem Umstand, dass jede Verdrängung Energie braucht, mit der die Verdrängung aufrechterhalten wird. [...] Erst wenn die Verdrängung aufgehoben wird und der Widerstand nicht mehr gefüttert werden muss, steht diese Energie wieder zur Verfügung. [...] Die dritte therapeutische Wirkung der Psychoanalyse ist vielleicht die wichtigste: Wenn ich die Hindernisse in mir wegräume, um mit dem in Berührung zu sein, was wirklich in mir vor sich geht, kann das mir *innewohnende Streben nach Gesundheit* seine Arbeit wieder aufnehmen. — 1991d [1974] *Therapeutische Aspekte der Psychoanalyse*, GA XII, S, 293-295.)