



FROMM-Online

## 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.

---

### self-analysis

Self-analysis is the constant active awareness of oneself throughout one's life, to be aware, to increase the awareness of oneself, of one's unconscious motivations, of everything which is significant in one's mind, of one's aims, of one's contradictions, discrepancies. [...] But it cannot be done without great seriousness and without giving it the importance which it has. — (1991d [1974]: *Therapeutic Aspects of Psychoanalysis*, in: E. Fromm, *The Art of Listening*, New York (The Continuum Publishing Corporation) 1994, p. 188.)

The capacity to see is not divisible, self-analysis must also be concerned with becoming aware of the reality in other persons as well as in social and political life. [...] We often observe unconscious strivings in others before we learn to observe them in ourselves. We must be aware of these hidden sectors in others, because what goes on in ourselves is not only *intrapsychic*, and thus to be understood by studying only what goes on within the four walls of our person, but it is *interpersonal*; that is to say, it is a net of relations between myself and others; I can see ourselves fully only inasmuch as I see myself in my relations to others, and in theirs to me. — (1989a [1974-75]: *The Art of Being*, New York (Continuum) 1993, p. 77.)

### Selbstanalyse

Für mich ist die Selbstanalyse das andauernde aktive Gewährsein seiner selbst während des ganzen Lebens. Sie dient dem wachsenden Gewährwerden des eigenen Selbst, der eigenen unbewussten Motivationen, von allem, was in der eigenen Seele bedeutsam ist. Mit der Selbstanalyse kann man sich seiner Ziele, seiner Widersprüche und seiner Unstimmigkeiten gewahr werden. [...] Sie zeigt ihre Wirkung allerdings nur dann, wenn sie mit großer Ernsthaftigkeit praktiziert wird und wenn

man ihr die Wichtigkeit gibt, die ihr zusteht. — (1991d [1974]: *Therapeutische Aspekte der Psychoanalyse*, GA XII, S. 362 f.)

Die Fähigkeit zu sehen, ist unteilbar. Dies gilt auch für die Selbstanalyse: Sie zielt ebenso auf das Gewährwerden der Wirklichkeit anderer Menschen wie des sozialen und politischen Lebens. [...] Häufig beobachten wir unbewusste Strebungen erst in anderen, bevor wir lernen, diese in uns selbst wahrzunehmen. Wir müssen das Verborgene in anderen wahrnehmen, denn was sich in uns selbst abspielt, ist nicht nur innerpsychisch, so dass es nur verstanden werden kann, wenn wir unsere eigenen vier Wände erforschen; was sich in uns selbst abspielt, ist immer auch zwischenmenschlich; es besteht deshalb schon immer ein Netz von Beziehungen zwischen mir und anderen. Ich kann mich selbst nur in dem Maße ganz erkennen, wie ich mich in meiner Beziehung zu anderen und in deren Beziehung zu mir begreife. — (1989a [1974-75]: *Vom Haben zum Sein*, GA XII, S. 449.)