

Lindauer Psychotherapiewochen 2019

Wahrheit, Gleich-Gültigkeit, Lüge

Welche Bedeutung Wahrheit und Lüge für psychotherapeutisches Handeln haben, fragten Referenten in Lindau. Dabei ging es nicht um Moralisieren, sondern um einen geschärften Blick auf ein Thema, das untrennbar mit Beziehung und Vertrauen verknüpft ist.

Wenn einer lügt und er weiß und die anderen wissen, dass er lügt – ist das dann noch eine Lüge?“ fragt Prof. Dr. phil. Verena Kast, St. Gallen, in ihrer Einführung. Handele es sich dabei vielleicht eher um „magisches Denken“ oder um einen „modernen Inszenierungsstil“? Kast verweist auf Hannah Arendt, die in ihrem Essay „Wahrheit und Politik“ (1964) „Tatsachenwahrheiten“ von Meinungen unterschied. „Alternative Fakten“ haben hier keinen Platz, doch Tatsachen sind Gegenstand von unterschiedlichen Meinungen, die alle legitim sein können, solange sie die „Tatbestände, auf die sie sich beziehen, respektieren“ (Arendt). Kast zufolge gilt die Grundregel der Aufrichtigkeit weiterhin. Gleichzeitig führen wir eine Wertedebatte, wenn wir uns darüber verständigen, welche Wahrheit wir meinen. Auf

diesem Hintergrund fragte die Lindauer Tagung, welche Bedeutung die Begriffe Wahrheit, Gleich-Gültigkeit und Lüge für psychotherapeutisches Handeln haben. Dabei ging es nicht um Moralisieren, sondern um einen geschärften Blick auf ein Thema, das untrennbar mit Beziehung und Vertrauen verknüpft ist.

Geheimnisvoll und verborgen

Das griechische Wort „aletheia“ für Wahrheit bedeutet wörtlich das „Un-Verborgene“. Demnach ist die Wahrheit geheimnisvoll und verborgen und muss „entborgen“, entdeckt werden. Im Eröffnungsvortrag „Die Wahrheitsillusion. Warum Gewissheiten gefährlich werden können – und wir sie trotzdem brauchen“ berichtet Prof. Dr. phil. Bernhard Pörksen, Tübingen, von einer Patientin, die unter dem seltenen „Anton-Syndrom“ leidet. Es beschreibt die fehlende Einsicht in die eigene Blindheit nach einer Schädigung der Sehirinde beider Gehirnhälften, etwa durch einen Hirninfarkt. Pörksen verwendet die „Blindheit für die ei-

gene Blindheit“ als Metapher für unseren Umgang mit der Wahrheit und benennt vier „Erblindungsursachen“: Mit der „kritiklosen Verehrung von Autorität“ gebe der Einzelne Verantwortung ab. Auch die „Dämonisierung des Zweifels“, etwa bei Sekten, trage dazu bei, die Illusion von Wahrheit zu stabilisieren. Ein „Kult der Pseudoskepsis“ säe immer wieder neue Zweifel. Ohne verbindliche Referenz ist dann „nur wahr, was mir nützt“. Schließlich führe die menschliche „Bestätigungssehnsucht“ dazu, offensichtliche Zweifel und Widersprüche zu ignorieren, etwa bei der „Entdeckung“ der Hitler-Tagebücher durch einen „Stern“-Reporter 1983. In der Philosophie stehen sich „Realisten“ und „Konstruktivisten“ gegenüber. Während Realisten den Menschen als „wahrheitsfähiges Wesen“ identifizieren und vor totaler Beliebigkeit warnen, benennen Konstruktivisten das Ich als „Neutralitätsverzerrer“, etwa Humberto Maturana: „Alles, was gesagt wird, wird von einem Beobachter gesagt.“ Als Lösung empfiehlt Pörk-

Foto: Manuel Schönefeld/stock.adobe.com



sen den „Abschied vom Prinzipiellen“ und einen „neuen Situationismus“. Mit dem Physiker Heinz von Foerster (1911–2002) unterscheidet er „entscheidbare“ von „unentscheidbaren“ Fragen. Während erstere auf dem Boden eines Regelwerks beantwortet werden, können und müssen wir letztere mittels unserer Verantwortung entscheiden. Wie wir uns entscheiden, hänge dabei wesentlich vom Kontext ab: „Es kommt darauf an.“

Wenn es so einfach wäre: „Eine Aussage ist wahr, wenn sie mit den Tatsachen übereinstimmt.“ So sah es bereits Thomas von Aquin, wenn er von der Wahrheit als „adaequatio rei et intellectus“ sprach, der Übereinstimmung einer Sache mit dem (erkennenden) Verstand. Dr. phil. nat. Eduard Kaeser, Bern, stellt der „Faktizität“ Theorien als veränderbare Interpretationen gegenüber. Dabei ist die Auffassung, Tatsachen seien der unumstößliche Rohstoff der Realität, eine Annahme der Neuzeit: Im 17. Jahrhundert verwendete man den Begriff „Faktum“ im Kontext der Rechtsprechung und etablierte ein umfassendes Spektrum der Konsolidierung von Fakten, etwa den Zeugenbericht. Fakten entschieden fortan darüber, wer Recht hatte – für Kaeser gegenüber der Anwendung von Gewalt und dem Gottesurteil ein Fortschritt. Doch ihm zufolge existiert nur das Ding ohne uns Menschen und ohne Sprache. Tatsachen seien demgegenüber „Vorkommnisse in der kulturellen Welt“: „facts are factitious“ – Fakten sind hergestellt. In dieser Perspektive steht dem „hartnäckigen Da“ (Arendt) das Beschließen einer Tatsache gegenüber. Kaeser plädiert dafür, Tatsachen als „Elemente eines Wettbewerbs“ zu verstehen. Im Unterschied zu Pörkensäns „Es kommt darauf an“ beharrt er im Sinn des Sprachphilosophen Ludwig Wittgenstein auf dem „agonalen Spiel der Fakten“ und hält die Unterscheidung von „facts“ und „fake“ für eine zivilisatorische Aufgabe. Mit dem Philosophen Francis Bacon (1561–1626) sieht Kaeser empirische Forschung als unser genuines „Denkwerkzeug“. Wenn man aufhöre, nach der Wahrheit zu suchen, resultierten lediglich „unter-

haltsame Dispute“ statt „strenger Untersuchung“.

„Trau, schau, wem“, weiß der Volksmund. Prof. Dr. phil. Svenja Taubner, Heidelberg, beschäftigt sich mit „epistemischem Vertrauen“, einer zentralen Größe in der Entwicklung des Mentalisierungskonzepts. Deirdre Wilson und Daniel Sperber definieren es als „basales Vertrauen in eine Person als sichere Informationsquelle“. Im Lauf der Evolution wurde mit der Notwendigkeit, komplexere Dinge zu lernen, für den Einzelnen unabdingbar, einen Sprecher

„Eine Aussage ist wahr, wenn sie mit den Tatsachen übereinstimmt.“

Thomas von Aquin

als „wohlwollend und kompetent“ zu identifizieren. Dabei geht es laut Taubner nicht darum, naiv zu vertrauen, sondern Vertrauen und Misstrauen zu kalibrieren. „Ostensive Signale“, etwa Blickkontakt, geteilte Aufmerksamkeit und „Ammensprache“, fungieren als Trigger für epistemisches Vertrauen. Kinder erwerben es über die Bindung an ihre primären Bezugspersonen. Gelingt die Kalibrierung nicht, resultiert „epistemische Hypervigilanz“, das heißt Rigidität und chronisches Misstrauen, die Lernkanäle sind gleichsam verschlossen. Betroffene, zum Beispiel Menschen mit antisozialer und emotional instabiler Persönlichkeitsstörung, weisen eine geringere Resilienz gegenüber Stressoren auf. Taubner zufolge hat das Konzept Folgen für psychopathologische Modelle: Persönlichkeitsstörungen würden dann nicht mehr kategorial als Störung der Person, sondern als Störung der Kommunikation verstanden. In der Diskussion wird deutlich, dass ostensive Signale auch manipulativ eingesetzt werden können. Und in der Psychotherapie könnten Patienten übertriebene ostensive Signale als wenig authentisch empfinden.

Anti- und prosoziale Lügen

Wann lernen Kinder zu lügen, fragt Prof. Dr. phil. Maria von Salisch, Lüneburg. Täuschungsabsicht und das Wissen darüber sind dabei die entscheidenden Kriterien. Um den dritten Geburtstag beginnen Kinder

mit der Wahrheit zu experimentieren und modulieren ihr Ausdrucksverhalten in abstreitender Absicht. Manche entdecken das Lügen spontan. Während Vierjährige nur negative Gefühle verbergen, modulieren Sechsjährige auch positive Gefühle, zum Beispiel des Triumphs. Achtjährige wissen in der Regel, dass ihr Innenleben privat ist. Täuschendes Verhalten zeige sich vor einem explizitem Wissen darüber. Früheres Entdecken des Lügens gehe mit früherer Entwicklung exekutiver Funktionen und einem besseren Vermö-

gen einher, sich in andere hineinzuversetzen („theory of mind“). Geht eine Täuschung jemandem zum Nachteil, oder hilft sie jemandem? Bereits Fünfjährige unterscheiden „schwarze“ (antisoziale) und „weiße“ (prosoziale) Lügen und nehmen eine moralische Bewertung vor.

Wahrheit und Konstruktion

Mehrere Vorträge behandeln „Wahrheit und Konstruktion in der Psychotherapie“. Sigmund Freud hatte 1897 in einem Brief an Wilhelm Fließ die Häufigkeitsdimension sexuellen Missbrauchs als Argument gegen dessen Plausibilität angeführt. Vor diesem Hintergrund vergleicht Prof. Dr. med. Jörg Fegert, Ulm, die Prävalenz der Zöliakie (0,4 Prozent) mit der des alltäglichen sexuellen Missbrauchs (13,9 Prozent) (1) in unserer Gesellschaft: Während bei der Zöliakie aus einer Mücke ein Elefant gemacht werde, werde beim sexuellen Missbrauch ein Elefant zur Mücke gemacht. Dabei würden europaweit 90 Prozent der Fälle nicht wahrgenommen. Fegert verwahrt sich gegen „Zerstörungs- und Vernichtungsmetaphern“ in den Medien, etwa die Rede von „Seelenmord“ und Bilder von zerstörten Puppen oder Stoffbären: 34 Prozent der Missbrauchsoffer seien resilient; Ziel jeder Behandlung sei ein gutes Leben trotz des Traumas.

Ein Trauma radikalisiere, spalte und polarisiere, sagt Prof. Dr. med.

Ulrich Sachsse, Rosdorf, in seinem Vortrag „Trauma als Wahrheit, Irrtum und Lüge“. Auch Opfer eines Traumas können lügen und sich irren. Zudem seien sie nicht automatisch bessere Menschen. Soll man sich an Schlimmes in der Vergangenheit erinnern oder vergessen? Was ist besser? fragt Sachsse, eine dissoziative Störung oder die Erinnerung an jahrelangen Missbrauch durch enge Bezugspersonen?

Prof. Dr. phil. Renate Volbert, Berlin, zufolge sind Scheinerinnerungen von erlebnisbasierten Erinnerungen schwer zu unterscheiden. Untersuchungen zeigen, dass etwa 15 Prozent der Menschen suggestibel für Ereignisse sind, die nicht wirklich passiert sind (2). Dabei befinde sich zwischen Lüge und Scheinerinnerung eine Grauzone. Eine Aussage werde für wahr gehalten, je weniger der Sender in eigenem Interesse zu handeln scheint, und je höher der emotionale Gehalt der Aussage ist (3). Auch Scheinerinnernde wirken authentisch. Wenn eine Überzeugung der Suche nach Erinnerungen vorausgehe, kann das ein Hinweis auf eine Scheinerinnerung sein. Das Ergebnis der Suche sei dann häufig ein „unerwartetes, überraschendes Wiedererinnern“. Laut Volbert ist eine vollständige Amne-

sie für traumatische Ereignisse jedoch extrem selten. Gegenüber genuinen Erinnerungen seien Scheinerinnerungen häufig weniger kontinuierlich und ausufernd. Zudem stimmten sie nicht mit der Gedächtnispsychologie überein, etwa wenn Erinnerungen an die Zeit vor Abschluss des dritten Lebensjahres berichtet werden. Auch durch Psychotherapie können Scheinerinnerungen evoziert werden. Wenn die Möglichkeit eines Missbrauchs als Ursache für Beschwerden und Symptome erörtert wird, erfolgt eine Erinnerung an einen bis dahin verdeckten Missbrauch zwanzigmal häufiger als ohne eine solche Erörterung (4).

Falsche und wahre Bindung

Wie schwer es für Betroffene ist, Gewalt und sexuellen Missbrauch in Beziehungen hinter sich zu lassen und „falsche“ durch „wahre“ Bindung zu ersetzen, zeigt Dr. med. Wiebke Pape, Bad Honnef. So paradox es klingt: Die Tat schafft für das Opfer auch Aufmerksamkeit und Bedeutung. Dem stünden nach Beendigung der Beziehung zum Täter Gefühle von Verlassenheit und Wertlosigkeit gegenüber. Dabei gehe es den Patienten so schlecht, dass sie andere Möglichkeiten der Anerkennung und Selbstwertbestä-

tigung, etwa durch Arbeit, oft nicht nutzen könnten.

Was ist die „wahre“ Wirkung von Psychotherapie? fragt schließlich Prof. Dr. phil. Bernhard Strauß, Jena. Untersuchungen zufolge finde sich wenig Übereinstimmung von Therapeuten und Klienten hinsichtlich der Qualität der Beziehung sowie der Einschätzung, was in einer Sitzung wichtig war. Zudem schätzten Therapeuten den negativen Verlauf einer Therapie nicht gut und sich selbst als zu gut ein. Auch die Bedeutung der Technik werde überschätzt. Zur Wahrheit gehört auch, dass Therapeuten mit zunehmender Erfahrung nicht besser werden. Eine strukturierte Therapie wirke besser als eine unstrukturierte, doch spezifische Techniken seien dabei nicht entscheidend. Zwar hat die therapeutische Allianz den größten Anteil an der Wirkung einer Psychotherapie (.57), doch korrelieren Allianz und positiver Effekt laut Strauß in geringerem Ausmaß (.278). Er plädiert dafür, unerwünschte Wirkungen einer Psychotherapie frühzeitig in den Blick zu nehmen und ein „Psycho-CIRS“ (Critical Incident Reporting System) zu etablieren. **Christof Goddemeier**

Literatur im Internet:
www.aerzteblatt.de/pp/lit0719

REFERIERT

Digitalisierung

Gute Erfahrungen mit Telesupervision

Die Digitalisierung erfasst immer mehr Bereiche der Psychotherapie, so auch die Supervision. Amerikanische Psychologen um PhD Arpana Inman von der Lehigh University (USA) haben 15 Psychotherapeuten in Ausbildung zu ihren Erfahrungen mit Telesupervision befragt. Zwei Drittel der Befragten fanden die Qualität der Supervision online besser als face-to-face, wohingegen ein Drittel die Qualität der beiden Formate als gleichwertig beschrieb. Die Mehrheit der Befragten meinte, dass beide Formate gleich effektiv seien und die Beziehung zwischen Supervisor und Supervisand in beiden Formaten gleich belastungsfähig sei. Die Autoren berichten: „Mehr als die Hälfte der Teilnehmer

war beiden Formaten gegenüber positiv eingestellt.“ Die Befragten hoben hervor, dass Telesupervision räumlich unabhängig sei und ganz neue Möglichkeiten des Austauschs eröffne. Zwei Drittel gaben an, sowohl online als auch face-to-face konzentriert arbeiten zu können, während ein Drittel meinte, online konzentrierter zu sein. Über die Hälfte der angehenden Psychotherapeuten sagte, dass beide Formate ihre berufliche Entwicklung ebenbürtig förderten, während zwei Personen der Meinung waren, dass die Telesupervision größere Entwicklungschancen biete, weil sie es ermögliche, mit Supervisoren aus anderen Kulturkreisen und in anderen Ländern zusammenzuarbeiten. Außerdem sei

online das Weiterbildungsangebot vielfältiger. Als schwierig und hinderlich nahmen die Teilnehmer es war, wenn im Rahmen der Telesupervision die Technik streikt und wenn die Körpersprache des Gegenübers nicht erkennbar ist. Als problematisch wurde es empfunden, wenn Datenschutzlücken auftreten oder wenn die ethischen Richtlinien der Beteiligten nicht übereinstimmen. Insgesamt überwogen aus Sicht der Befragten jedoch die Vorteile der Telesupervision. Daher hatten sie vor, sich weiter mit dem Online-Format zu beschäftigen. **ms**

Inman A, Soheilian S, Luu, L: Telesupervision: Building bridges in a digital era. *Journal of Clinical Psychology* 2019; 75 (2): 292–301.

Zusatzmaterial, PP 7/2019, zu:

Lindauer Psychotherapiewochen 2019

Wahrheit, Gleich-Gültigkeit, Lüge

Welche Bedeutung Wahrheit und Lüge für psychotherapeutisches Handeln haben, fragten Referenten in Lindau. Dabei ging es nicht um Moralisieren, sondern um einen geschärften Blick auf ein Thema, das untrennbar mit Beziehung und Vertrauen verknüpft ist.

Literatur

1. Witt A et al.: Child maltreatment in Germany: prevalence rates in the general population. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health 2017; Open Access.
2. Brewin C, Andrews B: Creating Memories for False Autobiographical Events in Childhood: A Systematic Review. Applied Cognitive Psychology 2017; 31: 2–23.
3. Wilkomirski B: Bruchstücke. Aus einer Kindheit 1939 – 1948. Jüdischer Verlag: Frankfurt 1995.
4. Patihis L, Pendergrast M (2018): Reports of Recovered Memories of Abuse in Therapy in a Large Age-Representative U.S. National Sample: Therapy Type and Decade Comparisons. Clinical Psychological Science 2018.