

Der wissenschaftswürdige Umgang mit neuen oder neubenannten Psychotherapieverfahren

Prof. Dr. Helmut Enke

Einführungsvortrag im Rahmen der
31. Lindauer Psychotherapiewochen 1981 (www.Lptw.de)

Meine Damen und Herren,

für die Lindauer Psychotherapiewochen 1980 hatten Monika Hermes und ich ein kleines, sehr sachliches Referat über Verhaltenstherapie und psychoanalytische Ich-Psychologie abgefaßt. Ich schloß den Vortrag – nun nicht mehr ganz so sachlich – mit folgendem Satz: „Psychoanalyse und Verhaltenstherapie unterscheiden sich aufgrund ihrer empirischen Wissenschaftsbereitschaft und der differenzierten Theoriebildung... eben doch kraß von der Fülle belletristisch formulierter psychotherapeutischer Konzepte.“

Dieser Schlußsatz weckte Mißmut: Viele – ich denke: zu viele – fühlten sich betroffen, attackiert, desavouiert. Und in der Tat: die provozierende, indes nur scheinbar beleidigende Formel der belletristischen Formulierung war arg grob. Sie forderte zwingend – wie Sie heute sehen: auch mich – zu korrigierendem Bedenken auf. Dies anzuregen war das Motiv für den heutigen Vortrag über wissenschaftswürdigen Umgang mit neuen oder neubenannten Psychotherapieverfahren.

Wissenschaftswürdig...

Mit Bedacht heißt es im Thema „wissenschaftswürdig“ und nicht „wissenschaftlich“: Zu einer Zeit, in der *noch* der legendäre Dauerbrenner des Entwurfes für ein sogenanntes Psychotherapeutengesetz, also für das heilkundliche Tätigwerden von (leider nur) Psychologen in lebhafter Diskussion stand, hatten wir in unserer Stuttgarter Forschungsstelle kompetente und hochkarätige Fachvertreter zu einem Colloquium geladen: Es ging darum, einen in dem Gesetzentwurf vorkommenden Begriff zu definieren, nämlich den Begriff „wissenschaftlich anerkannte Verfahren“: Wir haben aus diesem Colloquium, obwohl alles fein säuberlich auf Tonbänder aufgezeichnet wurde, nie veröffentlicht, denn es kam zu keinem faßbaren und mitteilbaren Ergebnis.

Wenn man nämlich aufpaßte und nicht, wie das so oft geschieht, den allgemeinen sozialen Etablierungsgrad eines Psychotherapieverfahrens kurzschlüssig mit dessen wissenschaftlicher Anerkennung gleichsetzte, kam man sehr rasch ins Schwimmen. Einige von Ihnen, meine Damen und Herren, werden jetzt denken: So schwer konnte es doch nun auch wieder nicht sein. Es dürfte doch wenig Probleme bereiten, dem megalomanen, absolutistischen, profitären Organisationssystem Arthur Janovs die wissenschaftliche Anerkennung abzusprechen. Aber: Hat sich nicht fast zur gleichen Zeit in dem etablierten Bereich der Psychoanalyse eine Entwicklung in Richtung auf immer frühere biografische Marken – präödipl-narzißtisch – vollzogen? Ist der Schritt von Michael Balints Purzelbaum zum Urschrei wirklich so weit? Bemüht sich nicht – um in einen sozusagen noch etablierten Bereich zu gehen – die moderne Geburtshilfe allenthalben, wenn auch gemäßigt redlich, hypostatisierte Geburtstraumen zu mildern?

Niemand wird – um ein anderes Beispiel zu nehmen – dem Psychodrama deshalb wissenschaftliche Anerkennung versagen, weil sein Inaugurator, J. L. Moreno, sich als Erlöser und Weltbeglucker darstellte. Wenn von „Wissenschaftlichkeit“ die Rede ist, wird – im Prinzip mit Recht – der Ruf nach *Effektivitätsbeweisen* laut. Die etablierten Verfahren geben sich ja oft den Anschein, als hätten sie den Nachweis ihrer langfristigen Wirksamkeit bereits erbracht. Sehr früh – das trifft zu, und hier waren die Arbeiten von Frau Dührssen bekanntlich bahnbrechend – konnte gezeigt werden, daß durch – in diesem Fall – analytische Psychotherapie der einer Behandlung nachgehende Krankenstand und auch die Arbeitsausfälle signifikant reduziert werden konnten. Offen blieb allerdings die Frage, ob dies ein spezifisch psychotherapeutischer Effekt oder gar das Ergebnis der speziell angewandten Psychotherapiemethode war. Überblickt man die zahllosen und jeweils redlich bemühten katamnestischen Mitteilungen, so stellt man bis heute fest, daß nach wie vor und unabhängig von Methode, Behandlungszeit und dergleichen das herauskommt, was Helmut Stolze schon vor zwanzig Jahren mit bitterem Anflug die „internationale Erfolgskonstante“ genannt hat: ein Drittel gut, ein Drittel mittel, ein Drittel nicht gebessert.

Die vielen vorliegenden katamnestischen Arbeiten waren aber sicher auch nicht vergebens. Sie haben die Fülle der methodischen Probleme einer validen Psychotherapeutischen Katamnese deutlich gemacht. Wir sehen die Probleme jetzt mit großer Schärfe und sehen auch Ansatzpunkte und Möglichkeiten für ihre Überwindung. Vernünftiger Weise wird jetzt an einigen Stellen – in der BRD zum Beispiel in der Psychosomatischen Klinik Heidelberg (Prof. Dr. Bräutigam) – zunächst einmal an der Lösung der, wie gesagt erkannten katamnestischen *Methoden-Probleme* gearbeitet. Diese Probleme im einzelnen zu diskutieren, würde im Rahmen dieses Vortrags zu weit führen. Angesichts dieser intensiven Arbeiten muß man sich nicht schämen, wenn man im Stande unseres *heutigen* Wissens und unserer heutigen Möglichkeiten klar bekennt, daß die Effektivitätsebene als eindeutiges Qualitätskriterium für verschiedene psychotherapeutische Verfahren (noch) nicht tauglich ist. Es ist also unzulässig zu argumentieren: „*Wir* sind effektiv und *ihr* sein ineffektiv.“ Freilich lebt jeder Psychotherapeut von der Evidenz, helfen zu können und geholfen zu haben. Diese Evidenz, gestützt auf viele Krankengeschichten, ist ein legitimer Maßstab. Nur: Diese Evidenz muß man auch den Vertretern neuer Verfahren zunächst einmal gleichberechtigt einräumen.

Es bleibt also dabei: Mit dem Begriff der bloßen Wissenschaftlichkeit ist schwer zu operieren, auch im Falle der Hinzufügung „wissenschaftliche *Anerkennung*“. Denn: *Wer* erkennt an? In der Regel werden die Etablierten aufgefordert, die Nicht-Etablierten anzuerkennen. Die Etablierten sind hierfür die „Sachverständigen“. In der Tat gibt es kaum einen anderen Weg, es sei denn, man würde den Anerkennungsprozess den Verwaltungen und Politikern überlassen.

Nun ist allerdings die *gesamte* Psychotherapie – und darüber haben wir ja manches Mal schon gemeinsam gesprochen – noch nicht *so weit* etabliert, daß Teile von ihr jene innere Festigkeit hätten, die es gestatten würde, sozial *weise* zu urteilen. Etablierungsvorsprünge werden leider oft noch ausgenutzt.

Wenn wir nun, wie geschehen, anstelle des Begriffs „wissenschaftlich“ den Begriff „wissenschaftswürdig“ einführen, so haben wir es leichter. Denn wissenschaftswürdig heißt unter anderem, die Begrenztheit des eigenen Standpunktes sehen zu können, bereit zu sein für den Vergleich mit dem Standpunkt der anderen, bestimmte erreichte Entwicklungsstufen zu sehen und weitere Entwicklungsmöglichkeiten zu bedenken.

Besser als solche allgemeinen Kennzeichnungen mag ein für unser Thema einschlägiges Beispiel verdeutlichen, was mit wissenschaftswürdig gemeint sein kann. Nachdem Alice Kündig dargestellt hat, daß bei der Durchführung der Gestalttherapie in Gruppen Fritz Perls selbst immer nur eine Therapie des Einzelnen in der Gruppe vorgenommen hatte, schreibt sie wörtlich: „Was in der psychoanalytischen Gruppentherapie, die neben dem psychoanalytischen Menschenbild die Relevanz der Feldtheorie Kurt Levins gleichfalls berücksichtigt und damit ihre Wahrnehmungseinstellung sowohl auf das Individuum als Einzelperson als auch als Funktionsträger in einem sozialen Feld richtet, ... vollzogen wurde ... steht der Gestalttherapie somit die Aufgabe noch bevor ... Der spezifische Unterschied zwischen den psychoanalytischen Gruppentherapieverfahren und der Gestalttherapie läge dann nicht so sehr in den ihr zugrundeliegenden Prinzipien als vielmehr in der konzeptuellen Ausformung der Methoden, womit wir aber an den grundsätzlichen Unterschied rühren zwischen den psychoanalytischen Techniken, bei denen der Akzent auf der sprachlichen Äußerung und auf der Übertragungs- und Widerstandsdeutung liegt und den erlebnistherapeutischen Verfahren, bei denen das aktionskathartische Moment im Vordergrund steht.“

Wenn von der Gestalttherapie die Rede ist, so sollen auch die klugen Überlegungen von H.-J. Walter nicht unerwähnt bleiben, die er an die Entsprechungen der begrifflichen Triaden „auftauen, ändern, neu stabilisieren“ bei Levin und „erinnern, wiederholen, durcharbeiten“ bei Freud knüpft. *Meine Damen und Herren: Ein Vortrag, für den Wissenschaftswürdigkeit Maßstab ist, wird unweigerlich ein moralischer Vortrag. Ich weiß das und ich wage das.*

Abgrenzungen

Kurz aber sei nun gesagt, wovon wir nicht reden. Wir reden nicht von sogenannten „Psycho-Boom“. Das wäre ein Thema für sich und, wie ich meine, ein anderes Thema. Wir hätten dann über die gesellschaftlichen Bedingungen zu diskutieren, die das Aufkommen einer sozialen Psycho-Marktwirtschaft zur Folge hatten. Seien wir tolerant: Man kann sein Geld für Wein, Trüffel, Autobenzin und Poona ausgeben: alles ist wohltuend, teuer und auch etwas gefährlich.

Unser Augenmerk – und das ist die Eingrenzung – ist gerichtet auf jene Verfahren, die den Anspruch erheben, Therapie zu sein oder noch präziser: Krankenbehandlung zu betreiben. Nun wissen wir natürlich alle, daß es schier unmöglich ist, „gesund“ und „krank“ allgemeingültig voneinander abzugrenzen. Es gibt kluge Leute, zu denen mein früherer Mitarbeiter Jürgen von Troschke gehört, die verdienstvollerweise nicht müde werden, stetes erneut die verschiedenen Gesundheits- und Krankheitsbegriffe zu variieren, zu vergleichen und zu gewichten.

Soziale Regulatoren sind dann mitunter sehr hilfreich: In Deutschland ist vom Krankheitsbegriff der Reichsversicherungsordnung auszugehen. Dieser Krankheitsbegriff ist für und Psychotherapeuten zusätzlich annehmbarer geworden, nachdem er im Zuge der Verhandlungen um die Gebührenordnungsziffern für die Familientherapie eine überfällige und zeitgemäße

Interpretation erfahren hat: Es ist jetzt ausdrücklich dekretiert, daß krank (im Sinne der RVO) auch soziale Gebilde (Familien) sein können und daß Krankheit innerhalb solcher sozialen Gebilde delegierbar ist.

Die Psychoanalyse hatte es, da sie von vornherein mit einer „Krankheitslehre“ antrat, nie ganz so schwer, sich mit dem versicherungsrechtlichen Krankheitsbegriff zu arrangieren. Die Verhaltenstherapeuten sind dabei, es zu tun, trotz einiger spektakulärer Rückzugsgefechte. Die Eingrenzung auf die eigentlichen Therapieverfahren wird uns gestatten, auch wichtige und in ihrer Anlage wissenschaftswürdige Methode, die ganz ausdrücklich das Ziel der Förderung und nicht das der Therapie haben, aus unseren Überlegungen auszuschließen: Hierzu gehören ausgereifte gruppenspezifische Verfahren und auch die in ihren Zielen von Ruth Cohn immer wieder klar bestimmte themenzentrierte Interaktion (TZI).

Die Etablierten

Doch nun, meine Damen und Herren, lassen sie uns zurückkehren zu dem Ausgangspunkt des zu Beredenden, der relativen Ausgereiftheit der psychoanalytischen und der verhaltensorientierten Therapien. Vorab: Aus dem eingangs erwähnten Referat von Monika Hermes und mir, ist sachlich nichts zu revozieren.

Daß beide, die psychoanalytische einschließlich der tiefenpsychologisch fundierten und die verhaltenstheoretischen Therapieformen innerhalb des bundesdeutschen (und nicht nur dort) Medizinalsystems den höchsten sozialen Etablierungsgrad haben, der alle anderen Therapieverfahren in Distance hält, ist eine schlichte Tatsache. Man denke an die Kassenregelung, den Raum, der diesen Verfahren in Handbüchern und dergleichen eingeräumt wird. Dieser Etablierungsgrad kann natürlich auf politische Kräfteverhältnisse zurückgeführt werden, etwa auf die Verankerung der tiefenpsychologisch fundierten und analytischen Psychotherapie in der akademischen Medizin (trotz allem stimmt das) und der entsprechenden Verankerung der Verhaltenstherapien im akademischen System der Psychologie. Wir müssen aber auch einräumen, daß in beiden Bereichen besonders viel Kleinarbeit, Kärnarbeit, Denkarbeit geleistet worden ist. Dies gilt natürlich auch für das „client centred counseling“, also das, was sich im deutschsprachigen Bereich „Wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie“ nennt. Carl Rogers hat sehr früh, sehr überlegt und sehr gründlich begonnen, Beratungs- und Therapiesituationen systematisch – empirisch-wissenschaftlich – zu untersuchen und zwar sowohl hinsichtlich des Gesprächsablaufes als auch im Blick auf die emotionalen und kognitiven Vorgänge. Einschlägige gegenwärtige Untersuchungen – auch im Rahmen der Verhaltenstherapien oder der Psychoanalyse – sehen sich in der Tradition dieser avantgardistischen Arbeiten. Zweifellos zeugt es von der Größe Carl Rogers, keine Theorie zu wollen. Er, der Gärtner – er war ja ursprünglich Agronom – gab seiner Richtung statt dessen das *Ethos* mit auf den Weg, behutsam das autonome und entelechiale Wachstum zu fördern: „Wenn ich überhaupt einen Beitrag ... zur Psychologie ... geleistet habe, ist es der, daß ich gezeigt habe, wie sich das Potential eines Menschen – ja, auch das Potential einer Gruppe – in einem günstigen psychologischen *Klima* entfalten kann.“

Der mutige Theorieverzicht bringt heute die Gesprächstherapie in ein Dilemma. Die Verhaltenstherapien und die tiefenpsychologisch fundierten, auch die psychoanalytischen Therapien haben ihre Theoriesysteme, in denen sie sich halbwegs wohlfühlen. Und sie berufen sich, wenn es um „wissenschaftliche Anerkennung“ geht, auf eben diese Theoriesysteme. Der Sog ist stark. So mag es kommen, daß die Gesprächstherapeuten einerseits ihre Kongresse zusammen mit den Verhaltenstherapeuten veranstalten, andererseits aber auch prüfen, ob sich das, was sie tun, nicht auch in den Theorierahmen der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie fügen würde.

Die „Körperverfahren“

Meine Damen und Herren, ich will jetzt Überlegungen darüber anregen, ob und an welchen Stellen vielleicht Unzulänglichkeiten, einseitige Entwicklungen, ja auch Ängstlichkeit in den eingeführten

(„etablierten“) Verfahren selbst zum Viel-Wuchs und zur Wachstumsart neuer Verfahren beigetragen haben. Lassen Sie uns zunächst einmal an die vielen und teilweise recht modisch sich gebärdenden Methoden zur Körperbeeinflussung denken.

Da gibt es nun eine recht staunenswerte Ausgangslage: Während die in der Psychologie groß gewordenen Verhaltenstherapien ein relativ ungestörtes Verhältnis zur Körperlichkeit des Menschen haben ganz zwanglos Entspannungsmethoden oder auch das gewiß umstreitbare Biofeedback in ihr therapeutisches Vorgehen einbeziehen, gibt es auf seiten der im medizinischen Bereich groß gewordenen Psychoanalyse ein ganz merkwürdiges Ausmaß der Distanzierung von der Körperlichkeit. Es sei vorausgeschickt: Die Psychosomatik hat bis heute beklemmend wenig Einfluß auf die Theorie der psychoanalytischen Therapie nehmen können; allenfalls durch das Konzept der „projektiven Identifikation“.

Wenn ich soeben etwas gestelzt vom „merkwürdigen Ausmaß der Distanzierung der Psychoanalyse von der Körperlichkeit“ gesprochen habe, so geschah dies mit Bedacht. Denn der allen psychoanalytischen Verfahren, ich betone: *allen* zugrunde gelegte therapeutische Vorgang ist ein strikt psychologischer. Das ist sehr einfach formuliert, aber richtig. Allerdings ist – denken Sie jetzt an das, was ich vorhin über Wissenschaftswürdigkeit sagte – auch die damit verbundene Grenze zu sehen und auf diese Grenze haben früh einige Psychoanalytiker, allen voran Groddeck, sodann Reich, rechtzeitig und zum Teil vehement aufmerksam gemacht. Sofern sie die Grenzen überschritten haben, haben sie in der Tat das psychoanalytische System verlassen.

Und dennoch geht die Distanzierung zu weit. Wenn auch der psychoanalytische Vorgang zwischen Psychoanalytiker und Patient die unmittelbare Beeinflussung des Körpers und auch den direkten Körperkontakt (in analytischen Gruppen selbstverständlich auch zwischen Gruppenmitgliedern) ausschließt, so besteht doch bei genauem Hinsehen kein vernünftiger Grund dafür, daß die Psychoanalyse eine zusätzliche, von einem anderen Therapeuten durchgeführte Körperbeeinflussung bis heute nicht gestattet. Das autogene Training oder auch die konzentrierte Bewegungstherapie dürfen innerhalb der Leistungspflicht der Krankenkasse nicht mit analytischer und tiefenpsychologisch fundierter (letzteres ist besonders komisch) Therapie kombiniert werden. Natürlich sind da traumatisierende Reminiszenzen. Die Propagierung der zweigleisigen Standardmethode von Ernst Kretschmer war stets mit antianalytischer Polemik durchmischt. Daß das Kombinationsverbot unsinnig und bei vielen Störungen psychovegetativer und psychosomatischer Art auch gar nicht vertretbar ist, zeigt die Tatsache, daß in den psychoanalytisch orientierten Kliniken, also im stationären Bereich, die Verfahren allenthalben kombiniert werden. Für den ambulanten Bereich muß man wohl festlegen, daß die Psychoanalyse hier ihren Etablierungsvorsprung nicht ganz fair ausgenützt hat.

So haben vielleicht auch die etablierten Verfahren eine gewisse Verantwortung dafür zu tragen, daß innerhalb der therapeutischen Psycho-Landschaft Körperbeeinflussungs- und Körperkontakt-Methoden ein wucherndes Eigenleben beginnen konnten. Lassen wir die Biogenetik bei Seite und denken wir nur an die Fülle jeweils schienbar originärer Entspannungsverfahren, zu Beispiel an das Kommerzialsystem der transzendentalen Meditation. Georg Bach und Haja Molter berichten in ihrem Buch „Psycho-Boom“, daß jedes beliebige Wort die gleichen Effekte hat wie das feierlich verliehene „Mantra“. Sie besorgten sich selbst durch Silbenantippen schöne Telefon-Mantras: Leemo und Stasbri.

Wenn man, wie ich es kürzlich war, vor die Aufgabe gestellt wird, in einem Lehrbuch für junge Medizinstudenten zusammenfassend über Entspannungsverfahren zu berichten, so bemerkt man sehr bald, daß die nachgewiesenen Effekte der Entspannungsverfahren (EMG, EEG-Änderungen usw.) einschließlich der von der Verhaltenstherapie protegierten Jakobsonschen progressiven Relaxation, identisch sind. *Am umfangreichsten untersucht ist bis heute noch das autogene Training (!).*

Rationalismus und Humanismus

Beim Aufkommen neuer Verfahren hat ein bestimmter Vorwurf eine ziemliche Bedeutung bekommen: Sowohl von den Verhaltenstherapien wie auch von der Psychoanalyse wird gesagt, sie verdanken ihre Anerkennung der Einpassung in einen technokratisch-rationalen Zeitgeist. Dieser Vorhalt sei in Grenzen akzeptiert. Tatsächlich gibt es in den Verhaltenstherapien noch einen Bezirk manipulativer Psycho-Techniken. Tatsächlich hat die Entwicklung der psychoanalytischen Ich- und Anpassungspsychologie das psychoanalytische Denken vom Kreativen des Trieb-Antrieb-Geschehens zeitweilig entfernt. Zugunsten der Widerstandsanalyse traten die Träume in den Hintergrund. Und doch: Glücklicherweise sehen wir gerade derzeit ausgleichende Gegenbewegungen: Der diesjährige Kongreß einer psychoanalytischen Gesellschaft hat sich wieder den Traum zum Leitthema auserkoren. Soeben ist das Buch von Manfred Pohlen und Lothar Wittmann über das Kreative erschienen. Die Stimme der sich auf C. G. Jung Berufenden bekommt im Konzept der Psychoanalyse glücklicherweise wieder mehr Gewicht. Auch die Verhaltenstherapien beginnen sich mit dem Kreativen auseinanderzusetzen (Rainer Bastine). Meine Damen und Herren, es ist eine sozialpsychologische Selbstverständlichkeit, daß diejenigen, welche an einem vermeintlich hohen sozialen Status nicht partizipieren oder auch nicht partizipieren können, Ressentiments entwickeln. So wurde die von Charlotte Bühler in einem bestimmten, nämlich gestalttheoretischen Kontext maßvoll vorgetragene Forderung nach humanistischer Psychologie, wie Sie wissen, zum Oberbegriff für eine ganze Reihe von Verfahren, die teilweise, wie zum Beispiel die analytische Psychologie C. G. Jungs überhaupt nicht gefragt wurden, ob sie dazugehören wollen. Für die Gesprächspsychotherapie mußte angesichts ihrer primär ethischen Fundierung und ihres Theorie-Dilemmas das Humanismus-Angebot zur Verführung werden.

Abraham Maslow unterstellt, der Gesundheitsbegriff der etablierten Verfahren beinhalte eine „Psychologie von Durchschnittswerten“. Er sieht in der humanistischen Psychologie die – wörtlich – „dritte Kraft oder dritte Psychologie“ in Absetzung zu Psychoanalyse und Behaviourismus. Gegen die Bezeichnung „humanistische Psychologie“ wäre natürlich überhaupt nichts einzuwenden, wenn damit gemeint wäre, daß alle die sie anwenden, über die Matura eines humanistischen Gymnasiums verfügen. – Ansonsten aber ist mit der Usurpation von Humanität die sodann implizierte Unterstellung, andere, die Menschen helfen wollen, seien inhuman, eine sehr schlimme und im höchsten Grade – eben – wissenschaftsunwürdige Sache. Sie ist zudem falsch: Eine humane, wenn auch oft pessimistische Anthropologie und die Sorge um den Menschen hat seit Sigmund Freud die Psychoanalyse stetes begleitet. Auch Erich Fromm versteht sich als Psychoanalytiker.

Selbst jene Verhaltenstherapeuten, die noch mit Maschinen therapieren wollen – in den Biofeedbacktechniken – halten dafür humanitäre Begründungen bereit: Die Autonomie des Patienten werde gefördert. Er erreiche ein höheres Maß an Verfügbarkeit über sich selbst, an Souveränität und Sicherheit, wenn er sich mit Hilfe der Maschinen selbst therapieren könne und nicht von interagierenden Therapeuten über Gebühr eingeschränkt, beeinflußt werde. Es wird auch leicht vergessen, daß Skinners „Futurum zwei“, wenn auch über äußerst befremdlich erscheinende Wege, auf das Glück des Menschen schlechthin abzielt. – In der sogenannten humanistischen Psychologie konnte es nicht ausbleiben, daß, wie Bach und Molter beobachten „...viele Therapeuten der humanistischen Bewegung sich für kleine „Götter“ halten und sich bei dieser „Guruitis“ ganz wohl fühlen, ja diese Mystifizierung sogar pflegen.“

Kinderglück. Spiel. Freude.

Wenn ich mich auch dagegen entschieden verwehre, daß dem Denken und dem Zählen Inhumanität unterstellt wird, so sehe ich doch etwas Bedrückendes in der Ideologie des absoluten Erwachsenseins. in dem *Reifungs-Rigorismus*, dessen kompletter Ausbau durch die Psychoanalyse von kaum jemanden ernstlich angegriffen wurde. Georg Richard Heyer, der vor 30 Jahren hier in

Lindau die bittere Formel „Wo es war, soll ich werden“ in ihr Gegenteil verkehrte: „Wo ich war, soll es werden!“ blieb ein ungehörter Rufer in der Wüstenei des absoluten Erwachsenseins. So sehr sich die Psychoanalyse mit der *Kindheit* beschäftigt hat, so wenig liebt sie das *Kindsein*. Alice Miller hat dies klar erkannt, doch reagiert sie auf diesem ernstesten Tatbestand ihrerseits zu ernst: Sie stellt die Mißachtung des Kindseins dramatisch dar, sie gewährt ihren Lesern aber (noch?) nicht die Freude, die aus der Würdigung und dem Miterleben des Glückspotentials, der frohen Freiheitsahnung des Kindseins folgt.

In den Theorien der *Verhaltenstherapien* kommt das Kind kaum vor. (Auf die wesentlichen Ausnahmen machten Monika Hermes und ich dem gesamten Referat aufmerksam). Ich glaube, es gibt einen Zusammenhang zwischen dieser Scheu vor der Größe des Kindseins (seiner „Kugelform“ im Sinne Platos) einerseits und der Tatsache, daß Psychotherapie allgemein für eine bitterernste Sache gehalten wird. Marcuse wurde für die Psychotherapie selbst nicht weitergedacht. Es gilt: Blumen auf Granit.

Ich habe Dir nie einen Rosengarten versprochen. Warum eigentlich nicht? Wo bleibt der Homo ludens, das edle, fröhliche, kreative, muntere Spiel? Das Wuchern professionell-narzißtisch-zynischen Geplänkels ist noch nicht einmal eine kümmerliche Form des Jauchzens. Lachen während der Gruppentherapie, so las ich kürzlich, sei allemal ein Zeichen des Widerstandes.

Es ist schade, sehr schade, daß auch andere und auch sogenannte „neue“ Psychotherapieverfahren nicht zum Durchbruch führen. Vielleicht gibt es Ansätze bei Fritz Perls. – In der Transaktionsanalyse wird mit dem „Kindheits-Ich“ zumindest ambivalent umgegangen: Das eigentlich Gute und Erstrebenswerte ist dann ebne doch das „Erwachsenen-Ich“.

Und selbst das bekannte und viel verkaufte Büchlein mit dem verheißungsvollen Titel „Freude“, läßt uns im Stich. Denn unter der Überschrift „Wie gewinnt man Freude?“ entwickelt William C. Schutz dieses Programm: „Unglücklicherweise muß ein wesentlicher Teil der Bemühungen darauf gerichtet werden, etwas zu ändern oder etwas zu überwinden ... zerstörerische und hemmende Verhaltensweisen ... müssen geändert werden ... das klingt nämlich beängstigend ...“

Ein Hoffnungsschimmer kommt – bezeichnenderweise! – gerade aus der empirischen, messenden, zählenden Wissenschaft: Zaghafte und verzierte mit allerlei Entschuldigungen wagte man es, Ergebnisse mitzuteilen, die zeigten, daß der (langfristige) Psychotherapieerfolg etwas zu tun hat mit der „Zufriedenheit“ des Patienten während der Therapie, ja sogar mit dem Ausmaß seiner „angenehmen Erinnerungen“ an die Therapie (Psychoanalyse).

Psychotherapeutische Identität. Die „Techniken“.

Wie die Alten sangen: Auch die „Neuen“ bilden Schulen. – Unabhängig vom geschichtlichen Schicksal wesentlicher Teile der Psychotherapie (Ächtung, Isolation, Gegenanspruch, doch auch politische Verfolgung und Emigration) gibt es einige wichtige Berufsbesonderheiten, die das spezifische Gruppenverhalten von Psychotherapeuten erklären können.

Ich erinnere als erstes an die Folgen der *relativen* Unspezifität des beruflichen Handelns des Psychotherapeuten: Wenn einer von Berufs wegen Dinge tun muß, die sonst niemand tut – man denke im ärztlichen Bereichen an den Chirurgen – dann ist seine berufliche Identität sehr gut gekennzeichnet. Die Psychotherapeuten jedoch, zumal wenn sie verbale Methoden anwenden, tun etwas, das alle tun. Sie reden. Sie führen ein Gespräch. Sie werden immer wieder durch den Gedanken bedroht, vielleicht sei die Tatsache, daß überhaupt ein Gespräch geführt wird, daß die Zeit dafür eingeräumt wird, das eigentlich Hilfreiche, vielleicht gar unabhängig vom Inhalt der Unterhaltung und ihrer Qualität. Die fatale Idee, ein ruhiges Gespräch über Kraftfahrzeugmarken könne bereits Psychotherapie sein, hat ihre Konsequenzen: Man bemüht sich richtiger- und notwendigerweise um die *besondere Qualifikation in der Ausbildung*, deren erreichte Standards, z.B. die Zahl der absolvierten Lehranalysestunden, dann auch wirksam zur Sicherung der beruflichen Identität beitragen.

Entscheidend aber ist, daß die Gesprächsführung sowohl deskriptiv als auch introspektiv kontrollierbar sein muß. Das Deskriptive zielt auf die Unausweichlichkeit empirischer Forschung,

das Introspektive auf das Erfordernis der Metakommunikation: Der Psychotherapeut ist ständig aufgefordert, über das Erleben und das Thema der therapeutischen Beziehung mit sich selbst in Beziehung zu treten oder – im Falle von sogenannten Supervisionen – auch mit anderen. Dies halte ich - und es wurde mit Bedacht in dieser Unspezifität formuliert – für den „Kategorischen Imperativ“ der Psychotherapie. Hieran müssen sich alle Verfahren messen.

Allerdings sei zugegeben; es ist schwer, aus diesem Vorgang allein berufliche Identität zu gewinnen. Was liegt näher, als diese aus bestimmten, besonderen, vielleicht absonderlichen, jedenfalls alltagsfernen „Techniken“ abzuleiten? Der häufig und mitunter befremdlich anmutende Gebrauch des Wortes „Technik“ in fast allen psychotherapeutischen Konzeptionen gibt zu denken. Wahrscheinlich wird in der Tat allenthalben die Bedeutung der „Technik“ überschätzt.

Es gibt aber, wenn auch mehr allgemeine und sozialpsychologische, doch gute Gründe, welche die Anwendung von bestimmten eingrenzenden Techniken sehr nahe legen. Mit dieser Feststellung geraten wir wieder ganz direkt in die Auseinandersetzung der verschiedenen, auch neuen psychotherapeutischen Verfahren. Es ist die Rede von dem wechselseitigen Vorwurf, man beschränke sich in den jeweiligen Verfahren auf bestimmte Techniken, tangiere nur ganz begrenzte Bereiche und lasse andere außer acht. Psychoanalyse sei bloß verbal-rational, Verhaltenstherapie werde der Differenziertheit menschlichen Fühlens und Erlebens nicht gerecht, in der Primärtherapie werde nur geschrien und zu wenig restituiert, die Transaktionsanalyse reduziere den Menschen auf drei kombinierbare Instanzen und auf eine Skriptsammlung.

Nun ist folgendes eine sozialpsychologische Trivialität: Die Aufnahme und Verarbeitung von Informationen wird in der zwischenmenschlichen Kommunikation sehr oft durch ein *Zuviel an Informationen* beeinträchtigt. Mit anderen Worten: Wir wissen von einem anderen weniger, wenn wir von ihm zuviel erfahren oder erleben, ja, wir können uns schlecht einfühlen.

Mir selbst sind Erinnerungen an die fünfziger Jahre unvergeßlich, an die Zeit, in der noch projektive psychologische Tests erfunden wurden und in der die Erfinder selbst noch demonstrierten, wie gut sie mit ihren Tests arbeiten konnten. Szondi mit den Szondi-Test, Zulliger mit den Z-Test, Robert Heiss mit dem Farbpyramiden-Test. es gab damals, z.B. bei den Treysa-Kursen eine verblüffende Schau der Gladiatoren. Die Testfinder schienen mit ihren Tests wahrlich hellseherische Kräfte zu haben. Das Publikum war fasziniert von den Psychogrammen, der Differenziertheit und - Richtigkeit, welche Testfinder selbst in ihren Tests fanden. Das war Menschenkenntnis par excellence. Von einem Erfinder, meinem verehrten Lehrer Robert Heiss aber weiß ich, daß er im Alltagsleben allenfalls über eine durchschnittliche Menschenkenntnis verfügte. Es ist sozialpsychologisch sinnvoll, in der zwischenmenschlichen Kommunikation den Kommunikationskanal überschaubar zu begrenzen. Nichts anderes tut der einzelne Psychotherapeut, wenn er eine bestimmte Methode anwendet, und es wird – wiederum sozialpsychologisch – leicht einsehbar, daß der einzelne sich jener Methode, die ihm die notwendige Stärke gibt, oft mit Haut und Haaren, verschreibt. Man weiß aus inzwischen vielen Untersuchungen, daß im psychotherapeutischen Vorgang die sogenannte Therapeutenvariable, zum Beispiel Alter und Erfahrung des Therapeuten, oft ausschlaggebender ist als die Methodenvariable, also jeweils angewandte Methodik. Aber es ist natürlich kein Zufall, welcher Therapeut welche Methode wählt und bevorzugt. Das hängt mit seiner Biografie und seinen spezifischen Möglichkeiten zusammen. Die in den Vereinigten Staaten lebenden Psychotherapeuten kannten bis in die vierziger Jahre hinein allerdings keine großen Wahlmöglichkeiten: Sie fanden die Psychoanalyse vor, die Anfänge der behavioristischen Methoden und allenfalls noch das Psychodrama. Alle wissen es: Viele neue Verfahren kamen durch einen überaus menschlichen Vorgang zustande: Eine Reihe dynamischer Persönlichkeiten merkten, daß ihnen die – seinerzeit zumal in den Staaten recht orthodoxe – Psychoanalyse schlicht nicht lag, daß sie dort nicht den Zugang zum Menschen finden konnten, der der spezifisch ihrige war. Das gilt für Arthur Janov, Eric Berne, für Albert Ellis (dessen rational-emotive Therapie im übrigen dabei ist, sich in die kognitive Verhaltenstherapie zu integrieren) und andere.

Die Väter und die Theorien

Wenn man den verpflichtenden Sog des professionellen psychoanalytischen Systems, der seinerseits das Ergebnis einer spezifischen Geschichte ist, kennt, dann wird die spektakuläre Vehemenz, mit der sich viele von der Psychoanalyse absetzen, menschlich verständlich. Der Übervater Freud schien für die nur überwindbar zu sein, wenn sie sich selbst zum Übervater stilisierten. Zwei Zitate: Janov: „Wenn eine Theorie Gültigkeit hat, und ich glaube, daß die Theorie der Primärtherapie zutrifft, dann sind alle anderen Ansätze ungültig“ oder Albert Ellis: „Ich habe die RET 1955 gegründet. Sie reicht weiter als die orthodoxe Analyse und die klassischen verhaltenstherapeutischen Ansätze. Für die RET steht der Mensch im Mittelpunkt des Universums ...“

Doch auch hier gilt es abzuwägen. Noch einmal ist auf eine *Berufsbesonderheit* der Psychotherapeuten-Gilde zurückzukommen. Neben der *relativen Unspezifität* des psychotherapeutischen Berufshandelns steht auch noch das Problem der - wiederum relativen - *Handlungsunsicherheit*. Es fehlen weiterhin klare, objektive Maßstäbe dafür, ob etwas, das ich gemacht oder auch gesprochen habe, „richtig“ oder „falsch“ war. Das berufsspezifische und unausweichliche Zurückgeworfensein auf die jeweilige Beziehungssituation (auch dann, wenn bestimmte Methoden eingesetzt werden) bewirkt Unsicherheit, dauernde „Ambiguität“. Es ängstigt. So wird die immer wiederkehrende Inanspruchnahme eines großen Vaters menschlich – oder auch: sozialpsychologisch – verständlich, eines Vaters, der vermeintlich Sicherheit gibt, sagen kann oder könnte, was richtig und was falsch ist. In der Psychotherapie obwaltet ein merkwürdiges Patriarchat. Es gibt ja nicht nur Freud, Adler, Jung, es gibt auch Skinner, Carl Rogers und Moreno, und bei den neuen erfüllen andere die gleiche Übervater-Funktion: Eric Berne, Arthur Janov, Albert Ellis, Fritz Perls. Es sind nicht alle genannt.

Die besagte „Handlungsunsicherheit“ in unserem Beruf führt nicht nur zur Beschwörung und Verklärung der Väter, nicht nur zum jeweiligen engen Gruppenzusammenschluß, sondern darüber hinaus – wenn auch zusammen mit anderen Bedingungsfaktoren – zu der fatalen Neigung, aus einer Methode eine Theorie werden zu lassen. Rühmlich sind die Ausnahmen: Zum Beispiel hat Hanscarl Leuner kürzlich wieder – und zwar „wissenschaftswürdig“ – begründet, warum er nicht beabsichtigte, dem katathymen Bilderleben eine eigene Theorie zu unterlegen.

Es ist nun einmal so: Ein weiter wissenschaftlicher Bezugsrahmen existiert durch das Theoriesystem der Tiefenpsychologie, die verschiedenen Lerntheorien, einschließlich der Kognitionspsychologie, und durch die Sozialpsychologie.

Ich hatte versucht zu zeigen, daß das Erfinden und (auch ruhig: monomane) Anwenden neuer Methoden oder neuartiger Methodenvarianten für den Bereich der Psychotherapie notwendig, vielleicht lebensnotwendig ist. *Alle* neuen Methoden können theoretisch in bestehenden Systemen überzeugend geortet werden. Alle neuen Methoden können sich auch empirischen Überprüfungen stellen. Für keine dieser Methoden ist es erforderlich, sich selbst zu einem Theoriesystem zu machen.

Wenn dies bestimmte Verfahren beherzigt, so führt das keineswegs zu einem Verlust an Originalitätswert, wie man am Beispiel des katathymen Bilderlebens leicht zeigen kann. – Zweifellos ist es der Transaktionsanalyse in ganz einmaliger und brillanter Weise gelungen, eine Verständigung zwischen Patient und Therapeut über die Methode selbst zu realisieren. Ich denke auch, daß die Anstöße, die gleichermaßen aus der gruppensystemischen Systemtheorie wie aus der Kommunikationspsychologie der Palo-Alto-Gruppe gekommen sind, ihre ganz originäre Bedeutung haben. Doch auch hier muß man wieder ein „Aber“ anmelden: Auch sie, die Kommunikationspsychologie, hat ihren wichtigsten Fund als Abolutum zu setzen versucht. Es ist nicht die Rede vom bestrickend intelligenten Spielerischen Paul Watzlawick. Die eigentlich wichtige Entdeckung war ja die gewesen, daß Beziehungsstrukturen selbst, die Arten, in denen Beziehungen installiert und aufrecht erhalten werden, sui generis pathogen, krankmachend, sein können. Das begann mit dem Batesonschen „Double blind“. Bekannt wurden sodann besonders für die Paartherapie die komplementären, zur Erstarrung führenden und die symmetrischen, zur

Eskalation drängenden Interaktionen. Mit diesen Entdeckungen, zur Eskalation drängenden Interaktionen. Mit diesen Entdeckungen wurde aber – wiederum – keine neue, theoretisch abgrenzbare Psychotherapie kreiert, es wurden aber wesentliche Lücken gefüllt, und es ziemt sich für die bestehende Psychotherapieverfahren, dafür dankbar zu sein. Es gilt, die Anstöße respektvoll aufzunehmen (übrigens auch dann, wenn der Anstoßende sich anstößig verhält).

Es gibt für die Psychoanalyse ganz tüchtige Untersuchungen, wie die von Beckmann über den Analytiker und seinen Patienten, aus denen immerhin abgelesen werden kann, daß durch die psychoanalytische Ausbildung, insbesondere die Lehranalyse, jene Urteils- und Wahrnehmungsfehler gemildert werden, die in seiner eigenen Persönlichkeitsstruktur begründet sind. Es gibt nun andere Untersuchungen, zum Beispiel die von Bischoff, aus denen entnommen werden kann, daß jene Wahrnehmungseinschränkungen und Urteilsfehler, die sich aus den Beziehungsstrukturen selbst ergeben (bei Bischoff: den Attributionen), *nicht* im Zuge der Ausbildung gemildert werden. Von der Sozialpsychologie kann also noch viel gelernt werden, besonders dort, wo sie die, Sozialpsychologie, selbst therapeutische Vorschläge und Methoden erarbeitet. Es gibt aber keine Entgegensetzung zwischen Sozialsystem (Systemtherapie) und Individuum (Persönlichkeitstherapie). Auch aus der Psychoanalyse selbst ist ja bekanntlich eine weitgehend systemberücksichtigende Familientherapie (Horst Eberhard Richter, Helm Stierlin u. a.) hervorgegangen. Aber dann passiert es, daß der „Wandel vom psychoanalytischen zum systemischen Paradigma“ als „Kopernikanische Revolution in der Psychotherapie“ gefeiert wird. Schade.

Überhaupt mag für die Auseinandersetzung mit den neuen Verfahren noch dieser Hinweis hilfreich sein. Neue Verfahren passen auch zeitlich oft sehr gut zu der Entwicklung, welche die etablierten Verfahren gerade selbst sich anschickte, die frühesten Erlebniseinwirkungen systematisch zu studieren und, wenn auch allzu behutsam, therapeutisch zu berücksichtigen. Die aktive Imagination der Marie-Louise von Franz in der analytischen Psychologie C. G. Jungs hat sehr viel zu tun mit zentralen Techniken der Gestalttherapie. Und Bernes Transaktionsanalyse fällt in eine Zeit, in der die Psychoanalyse sich mit ihren sozialen Aufgaben auseinanderzusetzen begann und danach trachtete, sich den Menschen verständlicher zu machen. Hierin liegt, um ganz an den Anfang zurückzublenden, dann ein unbestreitbarer Wert „belletristischer Formulierungen“, wenn der Formulierende diesen Schwerpunkt wahrnimmt und in das Gesamt einzuordnen vermag.

Über die Ausbildung

Meine Damen und Herren, unsere gemeinsamen Bemühungen wären unvollständig, wenn nicht – zum Schluß – noch Fragen der psychotherapeutischen *Ausbildung* angesprochen würden.

Abgesehen von wenigen Leuten, die kurzfristige (berufs-)politische Erfolge verbuchen möchten, sind sich die Vernünftigen aller Richtungen darin einig, daß selbstverständlich eine tiefgreifende und gründliche Schulung (nach Abschluß des Studiums und nach Erreichen einer bestimmten Lebenserfahrung) für den künftigen Psychotherapeuten unerläßlich ist. Angesichts des wohl inzwischen festen Wissens um die Bedeutung der Therapeuten-Variablen, der Therapeuten-Persönlichkeit, wird auch die Notwendigkeit zu einer wie immer gearteten systematischen und kontrollierten Selbsterfahrung konsequenterweise und glücklicherweise zunehmend allgemein akzeptiert.

Allerdings findet die Ausbildung noch weiterhin strikt innerhalb der Abkapselung der einzelnen Verfahren statt, wenn auch mehr und mehr die Ausbildungskandidaten dazu neigen, fremdzugehen. Dieses Fremdgehen ist eine allgemein und äußerst erfreuliche Erscheinung. Ich habe vorhin versucht, auf jenen sozialpsychologischen Tatbestand hinzuweisen, aus dem die Notwendigkeit folgt, daß jeder sich der Methode bedient, über die er am stärksten, am wirkungsvollsten sein kann und mit der er sich wohlfühlen kann. Hat er aber, wenn er durch irgendein soziales Schicksal sogleich in ein enges, abgekapseltes System gerät, noch wirklich freie Wahlmöglichkeiten? Diejenigen, die neue Verfahren gründen, hatten ja, wie gezeigt, in aller Regel eine ordentliche

psychoanalytische Lehranalyse hinter sich, durch die sie – ich unterstelle das jetzt mal – besonders gut ihre eigenen Entfaltungsmöglichkeiten kennenlernen konnten.

Es ist auch die Frage, ob es sinnvoll ist, die Selbsterfahrung mit der Patientenerfahrung zu verknüpfen, wie es die Gesprächspsychotherapie hauptsächlich und systematisch tut. Aus Untersuchungen an Balint-Gruppen geht hervor, daß allein die virtuelle „Gegenwart“ des Patienten dem Therapeuten ein Gefühl der Selbststärke vermittelt. Durch das Reden über Patienten-Kontakte wird die Möglichkeit eingeschränkt, sich voll selbst zu befragen. Wenn ich jetzt für einen einleitenden freien Abschnitt der Selbsterfahrung plädiere, und dem entspricht in der Tat noch am meisten eine gute Lehranalyse, ist es natürlich ein, wenn auch begründbares, Bekenntnis. Denn der schlimmste Mangel herrscht (natürlich auch wieder: professionscharakteristischer Weise) in der Ausbildungsforschung, obwohl diese angesichts dessen, was Psychotherapie allenthalben ausmacht, doch eigentlich im Zentrum des Interesses stehen sollte. Doch ist sie, die Ausbildungsforschung, aus vielen, vielen Gründen schwer zu machen.

Meine Damen und Herren,

manches stimmt optimistisch: das Nachdenken, zumal der Jüngeren, erste Schritte zur Wissenschaftsbereitschaft, das Fremdgehen der Ausbildungskandidaten. Und doch muß unser Berufsstand sich noch weiter sichern, weiter auch zu einer Selbstverständlichkeit werden, damit jene Bereitschaft zum Vergleich und zur Kritik obwaltet, die es möglich machen würde, ohne Furcht neue Verfahren mit Novalis zu begrüßen:

„Und jeder sei willkommen, der mit einer neuen Phantasie die Dinge überspinnt.“

„Es wäre ein großer Mann, wenn er vieles, was er schreibt, nur sprechen würde ...“

Dieses geflügelte Wort eines Zeitgenossen über einen anderen war mein Begleiter, als ich damit beschäftigt war, den seinerzeitigen Vortrag für diese Drucklegung, der ich gern zugestimmt hatte, ein wenig aufzubereiten.

Auch ich bin koartiert, also eingeengt, habe einige wenige Methoden, in denen ich mich zu Hause fühle. Es wurde bedrückend deutlich: Das Thema hatte dazu verführt, über vieles zu reden, und die Rhetorik mag auch einen Anschein von Kompetenz dort hinterlassen haben, wo keine ist. Um das kenntlich bleiben zu lassen, wird auch im Druck die Redeform beibehalten.

Nicht gern aber würde ich mich als „Generalisten“ schmähen lassen. Zu dem Gesagten und jetzt auch Geschriebenen stehe ich: Es ist eine begrenzte, subjektive, freie Meinung. Ob ihr durch diese Drucklegung erfolgte Verbreitung nützlich war, mögen Sie entscheiden.

Kontakt:

Lindauer Psychotherapiewochen

Platzl 4 A, D-80331 München