

Gerhard Bengesser

Die Diktatur der Göttin Sympathie und Identitätsprobleme in der Psychotherapie

Beim heurigen Rahmenthema mögen einige Erörterungen zur selbstunsicheren Persönlichkeit einigermaßen gut passen. Diese liegt ja meist in der Grauzone, welche das völlig gesunde Seelenleben mit dem Bereich der leicht kränkelnden Psyche verbindet. Nun, Alfred Adler (1870 – 1937) hat wohl wie kein anderer den Minderwertigkeitskomplex fokussiert, wobei gleich einmal gesagt werden muss, dass dieser ein unbewusstes Phänomen ist, das bewusste Pendant dazu wären Minderwertigkeitsgefühle. Es ist auch dem Nichtpsychologen und Nichtmediziner allzu gut bekannt: der robuste, unschüchterne – im heutigen Jargon coole Typ – wird sich kaum darum kümmern, ob er bei den meisten Mitmenschen gut oder schlecht ankommt (spätestens bei dem Ausdruck cool wird man natürlich an die Möglichkeit des Vortäuschens denken, aber dann ist ja nicht mehr Robustheit gegeben ...). Man kann wohl annehmen, dass bei Adler die eigene Behinderung durch eine mittelgradige rachitische Deformation Anlass war, dass das ursprüngliche Konzept der Minderwertigkeit in seinem Theoriengebäude zunächst eher im körperlichen Bereich lag. Über dies ist er aber letztlich weit hinausgegangen und hat vor allem im sozialpsychiatrischen Bereich seinen Schwerpunkt gefunden. Jeder, der seine Biografie kennt, weiß, dass es kein Lippenbekenntnis war, wenn er das Gemeinschaftsgefühl als höchstes Prinzip ansah. Er hat oftmals bedürftige Patienten gratis behandelt und sich auch politisch-organisatorisch in ähnlichem Sinne engagiert.

Nach anfänglicher begeisterter Anhängerschaft hat er 1911 mit Sigmund Freud gebrochen, der ihn auch – wie üblich – alsbald herb kritisierte. So bezeichnete er Adlers Theorien als rational und mechanistisch, ferner insgesamt oberflächlich. Diese Kritik durch seine Majestät Sigmund Freud geht deshalb ins Leere, weil ja Adlers Minderwertigkeitskomplexe als unbewusst beschrieben werden und insbesondere der Prozess der Überkompensation durch einen falschen Lebensplan im Unbewussten verläuft. Deswegen sind auch Aufmunterungen à la „Bist ja eh a klasser Bursch“, von Freunden oder (heute kaum mehr) Psychotherapeuten und Ärzten vorgebracht, ein Schlag ins Wasser.

Da ist schon die eventuell ins Frankische Methodenwerk passende Ausdrucksweise besser: „Sie brauchen ja kein klasser Bursch mehr

werden; Sie sind ja schon so unsympathisch, dass die Mädchen das schon aufregend finden. Die jammern ja schon immer, dass bei Parties eine ganze Reihe solcher sympathischer Burschen dasitzt und sie dann frustriert heimgehen.“

Natürlich ist diese Angelegenheit deswegen nicht zu ironisieren, weil ja das Abgleiten in Depressionen und Suizidgefahr nicht ausgeschlossen werden kann. Dies deshalb, weil ja dieser Komplex des vermeintlichen Unsympathischseins sehr häufig in eine Vielfalt sozialer Phobien eingebettet ist. Die Überempfindlichkeit führt zu Überbewertungen: leichtes Frotzeln mit Tonfall und Übertreibungen bei Bewertungen nach oben können selbstverständlich auf diesem Boden der Selbstunsicherheit viel Schaden anrichten. Die Persönlichkeitsstörung des selbstunsicheren Menschen – man scheut sich, das Wort Psychopath zu verwenden – rechtfertigt meines Erachtens mitunter schon im prädepressiven Status die Beigabe antidepressiver Medikamente. Man möge mich nicht missverstehen: Bei einer isolierten Phobie im Sinne einer selten zum Tragen kommenden und daher insgesamt nicht belastenden Störung wäre es ein Unding, gleich Antidepressiva zu geben. Die Ausdehnung oder gar Generalisierung der sozialen Phobien soll sowohl in der Frage der Beigabe antidepressiver Medikamente als auch der Auswahl der Psychotherapien entscheidend sein. Ich persönlich habe Skepsis gegenüber dem Prinzip „Äquifinality“ bei der Behandlung der Phobien! Es scheint mir eine integrative Therapie à la Dollard und Miller zielführender zu sein.

Grade die österreichische Seele – wie sie besonders treffend von Ringel beschrieben wurde – zeigt die Vorliebe, durch das Spiel „Zur Sau machen“ die Stimmung zu steigern, wobei die pathologische Veranlagung des selbstunsicheren Betroffenen der sadistischen Veranlagung mancher Akteure entspricht. Das Hineininduzieren von Arroganz – wenn, dann oft als Abwehr zu interpretieren – kann das Gewissen der Akteure besänftigen, und so kann in der Tat bei manchen Selbstunsicheren vor allem bei allmählicher Entwicklung einer neurotischen Depression eine gewisse Suizidgefahr resultieren. Es ist mir bewusst, dass der Ausdruck neurotische Depression heute kaum mehr en vogue ist – man spricht nur von depressiver Episode und gibt bestenfalls in einem Nebensatz endogene oder neurotische Hinweise an. So ist ja auch bekanntlich das Wort Vitalisierung, welches besagt, dass eine zuvor neurotische Depression das Bild der endogenomorphen Depression angenommen hat, völlig fallen gelassen worden in der heutigen offiziellen Psychiatrie. Dies ist vom Standpunkt einer begleitenden Psychotherapie wichtig, weil dann sich diese auf psychosoziale Führung beschränken müsste. Auch die Psychotherapie der Selbstunsicheren müsste diese Regel befolgen.

Von einer objektiveren, eher die Mikroschicht des sozialen Raumes betreffenden Warte ist das Thema des sozialen, beruflichen Vorankommens zu erörtern. Vom Vorstellungsgespräch für einen Posten bis zur Rufmordproblematik ist die Bevorzugung des schönen und auch so genannten sympathischen Menschen ein die Ungerechtigkeit der Natur und des Lebens oft in unerhörte Härten treibendes Element. Leibnitz, den ich persönlich dennoch sehr verehere wegen seiner toleranten, humanistischen Haltung, hat den Begriff der Theodizee und auch die umstrittene Vorstellung von der besten aller Welten geboren. Arthur Schopenhauer dagegen war der Philosoph, der die Ungerechtigkeit in vielen Facetten eingehend beschrieben hat. Er war es auch, der die Verfälschung unseres Urteils durch Schönheit und Sympathie erörterte. Schopenhauer dürfte etwa auch seine ganze Philosophie beim Anblick des Elends der Genueser Galeerensklaven entworfen haben. Dem Mediziner wird die Theodizee vor allem dadurch außerordentlich erschwert, weil er immer wieder sieht, dass der vom Schicksal Geschlagene dann auch noch durch das nicht selten auch kausal damit zusammenhängende Leiden verschlimmert wird.

Fragen um das Ich-Ideal

Wenn man Identitäten definiert, wird meist eine messerscharfe Abgrenzung in eher horizontaler Richtung gegeben. Wir Psychiater haben mit den Extremen eher in vertikaler Richtung zu tun, nämlich wenn das Identitätsdenken übergroß wird und dann meist mit Intoleranz bis Gewalttätigkeit einhergeht. Vor wenigen Monaten mussten wir ein erschreckendes Geschehen dieser Art in Norwegen beobachten. Wir dürfen aber das hochkomplexe Phänomen des Fanatismus und Terrorismus nicht auf einen einzigen Faktor beschränken. Reinhard Haller warnt davor, nur die politische Seite zu sehen. Eine tiefenpsychologische Wurzel – mit Blick auf die frühe Kindheit – wäre etwa folgende Überlegung. Bekanntlich lässt Sigmund Freud das Über-Ich aus der Auflösung des Ödipus-Komplexes hervorgehen. Er selbst gibt dafür das fünfte Lebensjahr an. Es hat selbst in Analytikerkreisen Kopfschütteln verursacht, als Melanie Klein den Ödipuskomplex in die Mitte des ersten Lebensjahres verlegt hat. Die Pariser Psychoanalytikerin Janine Chasseguet-Smirgel hat nun dem Theoriengerüst von Freud eine besondere Facette hinzugefügt; sie meint, dass er aus der Verschmelzung des Wunsch erfüllenden Ich-Ideals mit dem restringierenden Über-Ich in seiner mehr allgemeinen Sicht – da kann man sich etwa auch den Kant'schen kategorischen Imperativ in Konturen vorstellen – das definitive Über-Ich hervorgeht. Wenn nun durch diverse Faktoren, die durch Genetik, d. h. Persönlichkeitstyp, ferner kulturell-soziale inklusive religiöse Einflüsse geprägt sind, eine überstarke Entwicklung des Ich-Ideals durch das korrigierende Über-Ich nicht mehr gezähmt werden

kann, wird das wohl eine katastrophale Entwicklung irgendwelcher Art begünstigen. Natürlich ist hier der Einwand zu erwarten, dass das Kind mit fünf Jahren weder politisch oder sonst wie tätig sein kann. Allerdings besteht hier eine Analogie zum Ödipuskomplex schlechthin: die Ausstrahlung dieser Problematik auf das spätere Leben ist mit fünf Jahren noch nicht abgeschlossen, zumal, wenn es sich um eine nicht geglückte Auflösung handelt. Wie immer, aus Gründen der besonderen Bedeutung wird es nötig sein, von psychologischer Seite so viele Nuancen wie möglich zur Theorienbildung und auch Umsetzung in die Realität beizusteuern. Es wird dabei sicherlich so sein, dass der Gymnasiast, der zehn oder zwanzig Menschen der Schule, aus der er kürzlich flog, erschießt, eher dem eingangs beschriebenen Typ des selbstunsicheren Jugendlichen entsprechen wird, wogegen der fanatische Terrorist andere Erklärungsmöglichkeiten bieten dürfte.

Fragen zu zwei psychotherapeutischen Schulen und ihrer Einordnung. Da ich seit Jahrzehnten im Nebenberuf als Psychotherapeut tätig bin, erlaube ich mir, zwei der vielen Psychotherapiemethoden auf Identitätsfragen hin zu untersuchen. Ich bin übrigens nicht der Einzige, der diese Überfülle an Psychotherapien bedauert. Vierhundert an der Zahl dürfte nicht übertrieben sein – wobei die Definitionen nahe unserer Hauptproblematik sowie Indikation und Gegenindikation oft ungenügend klar sind. Nun, die zwei psychotherapeutischen Schulen, die ich hier in Sachen Identität darstellen möchte, sind Eklektizismus und jene Therapieform, die den Konstruktivismus im Hintergrund mitführt, vor allem die systemische Familientherapie.

Am ehesten wird man beim Eklektizismus sehr schnell auf eine Formel stoßen, die den Kern dieser Bewegung – es ist ja keine Einzelmethode – betrifft: die Identität des Eklektizismus ist die Nicht-Identität. Der pragmatische Geist der Amerikaner hat dazu geführt, dass zu einer Zeit, in der noch im alten Kontinent Europa eine bürgerkriegsartige Fehde zwischen Psychoanalytikern und Behavioristen wütete, schon die ersten Anzeichen einer Integration bzw. des Eklektizismus sichtbar wurden. Zunächst zur europäischen Psychotherapie bzw. den Theorien im Hintergrund. Die Analytiker – bisher tonangebend – bezeichneten die Verhaltenstherapie, deren Theorie ja der Behaviorismus ist, als mechanistisch und oberflächlich. Nun, für einige Zeit verlief dennoch die Entwicklung unproblematisch und ohne Aufsehen. Sie wurde von drei Quellen gespeist, nämlich der pragmatischen Philosophie Amerikas mit James und Dewey, ferner den Lerngesetzen Skinners, Thorndikes und Halls, wieweil letzterer sich um mathematische Ausformulierung bemühte, sowie Pawlows Theorien. Erst um die Jahrhundertmitte entwickelte sich in Europa durch den streitsüchtigen Professor Eysenck ein richtiges Scharmützel. Er hat folgenden Ausspruch getan: „What’s wrong with psychoanalysis – it’s unscientific“! Hyperorthodoxe Behavioristen ver-

suchten dann sogar, das Ruder wieder in die Zeit vor Freud zurückzudrehen. Sie leugneten Tiefe und Vergangenheit. Sie meinten, wenn das pathologische Symptom an der Oberfläche bereinigt wäre, würde eine Gesundung der Gesamtpersönlichkeit eintreten; besonders in diesem letzten Punkt war die fundamentale Differenz zur Psychoanalyse zu sehen. Für diese ist ja das Symptom nur eine Folge einer noch unbekannteren Störung der Tiefe.

Genau um die Jahrhundertmitte haben in Amerika dagegen Dollard und Miller eine Zwei-Phasen-Entwicklung der Neurose beschrieben: den Urkonflikt der frühen Kindheit (natürlich in Freud'scher Art und Weise zu sehen) und das Einlernen des Symptoms im Erwachsenenalter – in behavioristischen Termini zu sehen. Üblicherweise rechnet man aber Dollard und Miller noch nicht zur eklektischen Bewegung, da sie doch noch ein Grundgerüst für wichtig erachten. Nun ist aber der Eklektizismus eher nicht der anarchischen Epistemologie eines Paul Feyerabend zu analogisieren. Die Definitionen sind zahlreich: sie selbst spricht vom „method thmashing“ - im Gegensatz zu Integrationstendenzen, die mit „theory blending“ übersetzt werden. Am häufigsten zu hören ist die etwas saloppe Ausdrucksweise, „man würde sich die Rosinen herausuchen“. Der Eklektizismus hat nun – vielleicht, um ein Gegengewicht anzubringen – an das Ende der Therapie eine sehr intensive „Outcome-Forschung“ gestellt. Strotzka hat seinerzeit die Forderung aufgestellt, jeder Psychotherapeut müsse zumindest drei Methoden beherrschen, um entsprechend den Störungen die passende zur Anwendung zu bringen. Inwiefern geht nun der Eklektizismus über diese differenzielle Psychotherapieanwendung hinaus? Nun, er würde vielleicht sieben Methoden verlangen und dann, wenn keine passt, eine achte für diesen Fall aus dem Hut zaubern. Gerade diese eher saloppe Formulierung gemahnt an das historische Auf und Ab dieser Bewegung. Im amerikanischen Sprachraum meinte man vor etwa dreißig bis vierzig Jahren, dass da „a dirty word before“ zu Ehren gekommen ist. Nun aber, da die Hoffnung, es würde am Boden des Eklektizismus eine überwertige Methode entstehen, praktisch bis dato als nicht erfüllt angesehen werden muss, ist die allgemeine Sympathie ihr gegenüber natürlich wieder im Schwinden. So wurde beim letzten Weltkongress für Eklektizismus ein Gastredner eingeladen, der seinem Vortrag den Titel gab: „Will the pure forms please stand up“, damit hat aber die eklektizistische Bewegung, die ja immer schon die Toleranz an ihre Fahnen heftete, absolute Treue gegenüber ihrer Identität bekundet.

Systemische Psychotherapie, insbesondere Familientherapie

Immanuel Kant (1724-1804) wird mit Recht als der Urvater des Konstruktivismus bezeichnet, und die Gruppe der systemischen Therapieformen führt diese philosophisch-epistemologische Richtung

als Grundlage an. Freilich muss gesagt werden, dass nicht alle Therapieformen dies in gleichem Umfang tun.

Nun, Kants Diktum war, dass der Mensch das „Noumenon“ – besser bekannt als „Ding an sich“ – nicht erkennen könne, sondern sich mit dem „Phänomenon“ begnügen müsse. Dabei hat Kant nur von Filter gesprochen und ist nicht bis ins Extrem des Solipsismus, wie Berkeley und Fichte, gegangen. Dies hat ihm ja auch durch Fichte den Tadel eingebracht, er sei ein Dreiviertelkopf. Fichte selbst hat ja folgende Grundthese vertreten: „Das Ich setzt erst das Anti-Ich.“ Bekanntlich haben ja bei seiner Vertreibung aus Jena radikale Studenten Steine gegen sein Studierzimmer geworfen und skandiert: „Hier kommt das Anti-Ich geflogen.“.

Der bedächtige Kant hat sich dagegen nie zu Übertreibungen verstiegen. Es ist daher auch fraglich, ob Kant auch mit dem „Radikalen Konstruktivismus“, Wahrheit sei die Erfindung eines Lügners, einverstanden wäre. Guntram Plattner nun meint, die systemischen Psychotherapiemethoden würden auf eine ontologische Qualität bewusst verzichten. Bekanntlich ist einerseits Metaphysik die Lehre von den Dingen im Hinblick auf die letzten Dinge, Ontologie dagegen die Lehre von den Dingen im Hinblick darauf, dass sie sind. Gerade die letzten 100 – 150 Jahre haben, etwa mit Nicolai Hartmanns Schichtenlehre und dann besonders Heideggers Ontologie, eine Blüte dieser kleinen Schwester der einst so dominierenden Disziplin der Metaphysik gebracht. Der vorhin erwähnte Martin Heidegger wird auch oft dahingehend interpretiert, dass er auch eine Metaphysik aus dem Geist der Negation geschrieben hätte. Der Psychiater Karl Jaspers hingegen wollte seine Philosophie als Periechontologie verstanden wissen, da er durch das Konzept des Umgreifenden eine neue Nuance einbringen wollte. Nun zur Psychotherapie und der Frage, ob die philosophische Grundlage, hier der Konstruktivismus, das Identitätsdenken maßgeblich beeinflusst. Nun, besonders im Falle der systemischen Familientherapie dürfte wohl diese abstrakte epistemologische Grundlage bei der Mehrzahl der Therapeuten anderen, mehr ideologisch-politisch motivierten Standpunkten diesbezüglich weichen müssen. Die Leichtfertigkeit oder eben Nicht-Leichtfertigkeit, mit der Fragen der Scheidung oder Nicht-Scheidung angegangen werden, dürfte das Selbstbild des Therapeuten eher formen. Es ist zwar klar, dass schon seit einiger Zeit gefordert wird, dass sich der Therapeut bestenfalls in der non-direktiven Herauskrystallisierung von unklaren Elementen üben darf und nicht einer bewussten Förderung des Verlaufs der Ehe in mehreren Facetten verfallen darf. Somit dürfte in dieser kleinsten, aber wichtigen Ebene des sozialen Feldes, d. h. deren Therapie, doch diese Dimension von Psychiatrie und Psychologie am ehesten Identität stiftend sein. Wenn wir das Engel-Paradigma vom bio-psycho-sozialen Feld betrachten, fällt besonders hier deutlich auf,

dass der Philosophie und verwandten Aspekten kein Raum gegeben wird. Zumal für die Psychiatrie wäre zu fordern, dass man Fragen um Sinnfindung, wie sie schon sehr früh Viktor Frankl artikuliert hat, sowie Spiritualität auch mit einer Dimension Rechnung trüge.

Literatur

- Adler, A. (1930): Praxis und Theorie der Individualpsychologie Leipzig
- Amman, A. (1981): Der psychosomatisch Kranke in seiner Familie, Therapiewoche 31
- Bengesser, G.; Sokoloff, S. (1989): Plädoyer für eine mehrdimensionale Psychiatrie, Enke, Stuttgart
- Bengesser, G. (1980, 1982): Wechselbeziehungen zwischen Psychiatrie, Psychologie und Philosophie. V. Peter Lang, Frankfurt/M., ISBN 3-261-04687-2 respektive 3-261-05019-5
- Bengesser, G. (2001): Die Nachwehen eines Selbstmordes und allgemeine Fragen der Suizidologie. Verl. Peter Lang, ISBN 3631-364377
- Bengesser, G. (1985): Suizid und Philosophie. DGPA Wien
- Bengesser, G. (1980): Weltreligionen. Zum Gespräch aufgefordert. DGPA Köln
- Bengesser, G. (1992): Liebeswahn und Depression. Die Beschreibung des Araeteus von Kappadokien. DGPA Innsbruck
- Bengesser, G. (1985): Was kann die Philosophie der Medizin geben? Österr. Ärztezeitung
- Engel, G. L. (1977): The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. Science 196: 129-136
- Falret, J. P. (1822): De l'hypochondrie et du suicide. Paris
- Förster, H. v., Pörksen, B. (1999): Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners.
- Hirschberger, J. (1961): Kleine Philosophiegeschichte, Freiburg
- Kant, I. (1968): Kants Werke, Akademieausgabe, Berlin
- Krüll, A. (1979): Freud und sein Vater, München, Beck
- Lenz, G. (1989): Vortrag am psychiatrischen Weltkongress, Athen
- Richter, H. E. (1972): Patient Familie. Frankfurt/M.
- Roth, G. (1988): Selbstreferentialität und Dialektik zur Ontologie und Epistemologie lebender Systeme. Ann. D. int. Ges. f. dialektische Philos.; societates Hegeliana
- Selg, H. (2002): Sigmund Freud – Genie oder Scharlatan. Stuttgart; Kohlhammer
- Stierlin, H. (2001): Psychoanalyse, Familientherapie, systemische Therapie – Entwicklungslinien, Schnittstellen, Unterschiede. Frankfurt
- Strotzka, H. (1975): Psychotherapie: Grundlagen, Verfahren, Indikationen. München-Berlin-Wien
- Walsh, W. H. (1975): Kant's criticism of metaphysics Edinburgh: Edinburgh University Press
- Wiener, N. (1948): Cybernetics or control and communication in animal and machine. New York
- Zilborg, G. H. (1941): History of Medical Psychology, New York