

Kongressbericht „Evolution of Psychotherapy“

Hamburg, 27.–31. Juli 1994

Gerald Mackenthun (Berlin)

Geschrieben 2. August 1994

Vom 27. bis 31. Juli 1994 fand in Hamburg an fünf glühend heißen Tagen im nur teilweise klimatisierten Congress Centrum Hamburg die nunmehr dritte "Evolution of Psychotherapy"-Konferenz statt, ein Weltkongreß der Psychotherapeuten. Mit fast 5 000 Teilnehmern aus 33 Staaten war er der bislang größte Psychotherapiekongreß in Europa, übertroffen nur von den Vorgängerkonferenzen 1985 und 1990 in den USA. Referenten des Hamburger Kongresses waren 26 führende Vertreter einiger der einflußreichsten Therapieschulen der Welt, darunter der Psychoanalyse, der Verhaltenstherapie, der Familientherapie, der Ericksonsschen Hypnose-therapie, der Bioenergetik und der Jungschen Analyse. Der Kongreß erhielt herausragende Bedeutung nicht nur durch die unerwartet große Teilnehmerzahl und durch eine für Europa bislang einmalige Konzentration von "Meistern der Psychotherapie", sondern auch durch die Tatsache, daß erstmals seit Jahrzehnten in Europa die wichtigsten psychologischen Schulen, die sich üblicherweise bekämpfen oder ignorieren, zu einem Gespräch zusammengeführt wurden.

Das Konzept stammt von dem 46jährigen Amerikaner Jeffrey Zeig, Direktor der Milton-Erickson-Foundation in Phoenix/Arizona. Als Dank dafür, daß der Hypno-Therapeut Erickson ihn sieben Jahre ausbildete, ohne daß er dafür bezahlen konnte oder musste, organisierte Jeff, wie er allgemein genannt wird, die erste internationale Konferenz für Ericksonsche Hypnose und Psychotherapie. Das war Auslöser für die späteren schulenübergreifenden Konferenzen "Evolution of Psychotherapy", zu der 1985 über 7 200 Psychologen und Ärzte kamen. Die Los Angeles Times schrieb damals von einem "Woodstock der Psychotherapie".

Der Ablauf der ausgezeichnet organisierten Konferenz in Hamburg - es waren 220 studentische Helfer eingesetzt - sah unter anderem vor, daß jeder der 26 Referenten in ein oder zwei je dreistündigen Workshops, in einem einstündigen Dialog mit einem anderen Schulenvertreter, einer einstündigen "Klinischen Demonstration", einer Podiumsdiskussion mit jeweils insgesamt vier Teilnehmern und allein in einer "Fragestunde" über seine Arbeit sprechen sollte. Zusammen mit einigen Vorträgen

ergaben sich insgesamt 133 Veranstaltungen, sehr viele davon parallel. Das Durchschnittsalter der 26 Referenten, darunter Bestsellerautor Paul Watzlawick ("Anleitung zum Unglücklichsein"), der amerikanische Bioenergetiker Alexander Lowen, der Sexualforscher William Masters, der Familientherapeut Helm Stierlin und der Psychiatriekritiker Thomas Szasz, lag bei über 70 Jahren. Der gefeierte Ehrengast der Konferenz, der Wiener "Logotherapeut" Viktor E. Frankl, war 89jährig. Die Teilnehmer hingegen gehörten mit einem Durchschnittsalter von 40 Jahren der jungen Generation an.

Ich hatte Gelegenheit, mit Jeffrey Zeig ein Interview über Ericksonsche Hypnose und den Kongreß zu führen. Zur Kongreßphilosophie sagte Zeig: "Es hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, daß von jeder Schule etwas zu gebrauchen ist." Warum es ihm gelang, so viele bekannte Psychotherapeuten an einem Ort zu versammeln, konnte er auch nicht recht begreifen. Das Zentrum der Seelenheilkunde sieht er heute in den USA, nachdem alle wichtigen Vertreter während der Nazizeit aus Deutschland und Österreich emigrieren mußten. Er ist sich darüber im klaren, daß Psychotherapie ein Wohlstandsphänomen ist. "In der Dritten Welt spielt sie keine Rolle, da ist man mit Überleben beschäftigt."

Moderne Hypnose wird heutzutage nur noch selten dazu verwendet, Patienten in Trance zu versetzen, sagte Zeig zu meiner Überraschung. Vielmehr ist Hypnose zu einer Technik geworden, die Kommunikation zwischen Patient und Arzt effektiver zu machen, Botschaften des Therapeuten an den Patienten "kraftvoller" zu vermitteln. Die vorhandenen, aber verborgenen Kräfte der Patienten sollen von ihm selbst entdeckt und genutzt werden. Es sei eine überholte Vorstellung von Hypnose, der Patient werde in einen willenlosen Zustand versetzt, in welchem ihm etwas eingeredet wird, sagte Zeig. Angst vor Hypnose müsse heute keiner mehr haben. Niemand werde gezwungen, Wahrheiten zu sagen, die er sonst nicht sagen würde. Auch verliere der Patient nicht die Kontrolle über sich selbst. Die neue Definition von Hypnose, die diesen Namen eigentlich nicht mehr verdiene, sei die "bewußte Ausrichtung der Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Problem".

Wie schon erwähnt fanden viele Veranstaltungen parallel statt; ich mußte wählen, zumal ich zusätzlich täglich Berichte für die Deutsche Presseagentur zu schreiben hatte. Wenn ich es zusammenzähle, hatte ich während der fünf Tage "Kontakt" zu 22 Referenten: James Hillman (USA/Jungianer), James Masterson (Psychiater, New York), Paul Watzlawick (Palo Alto/USA), Alexander Lowen (Bioenergetiker, USA), Judd Marmor (Psychoanalyse, USA), Donald Meichenbaum (Kognitive Verhaltenstherapie, Kanada), Jeffrey Zeig (Ericksonscher Ansatz, USA), Joseph Wolpe (Verhaltenstherapeut, USA), Otto Kernberg (Psychoanalyse, USA), Albert Ellis (Rational-emotive Therapie, USA), William Masters (USA), Thomas Szasz (Existentialistische Psychotherapie, New York), Marie Goulding (Transaktionsanalyse, USA), Cloé Mandanes (Familientherapie, Washington), Viktor Frankl (Logotherapie, Wien), Klaus Grawe (Psychotherapieforschung, Bern), Salvador Minuchin (Familientherapie, USA), William Glasser (Realitätstherapie, USA), Helm Stierlin (Familientherapie, Heidelberg), Irvin Yalom (Gruppentherapie, Psychiatrieprofessor in Stanford/USA), Eugen Gendlin (Rogersche Therapie/Focusing, Chicago) und Jay Haley (Ericksonsche Familientherapie, Autor von "Die Jesus-Strategie", USA).

"Kontakt" heißt, daß ich ihre Veranstaltungen besuchte, sie in Pressekonferenzen sah oder Interviews mit ihnen führen konnte. Mein Motiv, diese einmalige Konferenz zu besuchen, war das Motiv eines jeden der Teilnehmer: bekannte und berühmte Psychotherapeuten, die man sonst nur aus Büchern kennt, "leibhaftig" zu sehen und zu beobachten. Das jedenfalls war unisono die Antwort, wurde nach dem Grund des Kongreßbesuchs gefragt.

Auffallend das Übergewicht der USA. Nun muß aber auch konzediert werden, daß die Amerikaner viel mehr als die Europäer darauf trainiert werden, sich gut und verständlich darzustellen. Die eine Seite davon ist eine gewisse Eitelkeit, die vielen der Referenten nicht abzusprechen ist, andererseits kommt die Eloquenz den Zuhörern zugute. Mal abgesehen von dem Gemurmel des sehr alten und offenbar kranken William Masters oder dem breit gequetschten Amerikanisch von James Masterson waren alle Referenten auch ohne Übersetzung gut zu verstehen. Ihre Sätze sind klar und einfach strukturiert, sie sind ohne Scheu davor, sich zu zeigen, sprechen frei und vergessen nie, einen kleinen Scherz oder ein Wortspiel einzubauen. Einige Referenten argumentierten manchmal holzschnittartig und konnten auch scharf und provokativ werden, vor allem Meichenbaum, Szasz, Ellis und Lowen. Ellis und Lowen fetzten sich einmal auf der Bühne. Als Ellis Wilhelm Reich als „einen der gestörtesten Menschen überhaupt“ und seine Theorie „von vorne bis hinten Quatsch“ nannte, sprang Lowen, der immerhin auch schon 84 ist, mit einem Satz von der Bühne und rief, er habe es nicht nötig, sich beleidigen zu lassen. Der Bioenergetiker Lowen hatte zuvor den "kosmischen Orgasmus" als eine Voraussetzung für Neurosefreiheit benannt.

Übrigens waren die obskuren Therapeuten vom Kongreß ausgeschlossen, obwohl - wie es inoffiziell hieß - viele versucht hatten, sich als Referenten anzumelden. Lowen war vielleicht jener, der auf der Hamburger Konferenz am ehesten die Grenze der Glaubwürdigkeit überschritt, als er behauptete, er könne die Mutterbindung und andere psychische Gegebenheiten an der Körperstruktur ablesen. Bei einer Veranstaltung - ich war nicht dabei - soll ein Referent sich vor Lowen hingestellt und zu ihm gesagt haben: Nun analysieren Sie mal meine Mutterbindung. Lowen soll geantwortet haben: "O.K., ziehen Sie sich aus und dann fangen wir an zu arbeiten." Darauf habe der andere verzichtet und es hieß 1:0 für Lowen. Aber tatsächlich hat Lowen in seiner Klinischen Demonstration mit zwei Frauen diese auf offener Bühne aufgefordert, sich bis auf die Unterwäsche auszuziehen und sich über einer Art Bock zu legen und zu dehnen und zu atmen. Teilnehmer nannten das "würdelos".

Erlebnisse solcher Art blieben die Ausnahme; ganz überwiegend war die Stimmung friedlich, ja heiter. Zu meinen schönsten Erlebnissen zählten die Klinischen Demonstrationen von Otto Kernberg und Helm Stierlin. Kernberg, der äußerlich an einen Stubengelehrten oder Buchhalter erinnert, stellte sich sehr rasch als äußerst liebenswürdiger Mensch heraus, der sofort Kontakt zum Publikum bekam. Er bat darum, ein Therapeut möge über einen Fall schwerer Persönlichkeitsstörung berichten. Eine junge Therapeutin stellte sich offenbar spontan zur Verfügung und erzählte von einer an MS erkrankten Frau mit starken neurotischen Symptomen des Rückzugs und der Enttäuschung über alle Menschen vor. Kernberg erläuterte daran vier Gefahren, die er in "Prioritätensetzungen" in der Therapie mit schwer kranken Menschen ummünzte. Zunächst gelte es, die Gefahr von Mord und Selbstmord zu bannen. Kernberg sagte, er schließe in solchen Fällen quasi einen Vertrag mit dem Patienten, der verpflichtet werde, sich für die Dauer der Behandlung am Leben zu erhalten. Sollte der suizidale Druck zu stark werden, müsse eine Notfallklinik aufgesucht werden. Er, Kernberg, erlaube nicht, daß er zwischen den Stunden oder in den Ferien angerufen werde.

Die zweite Gefahr sei das Fliehen vor der Behandlung; schwer Gestörte seien immer "auf dem Absprung". Die dritte Gefahr seien "schwere Unwahrhaftigkeiten" seitens des Patienten, das Verschweigen von wichtigen Informationen, um behandeln zu können. Als viertes Problem nannte Kernberg "heftiges Agieren". Noch bevor es zu einer Übertragung komme, müßten diese Grundprobleme gelöst werden. Was Kernberg im einzelnen vorschlug, ist mir nicht mehr in Erinnerung. Unter ande-

rem stellte er heraus, daß in dieser frühen Phase der Therapie "struktursetzende" (siehe "Vertrag") und nicht deutende Interventionen angebracht seien. Er fragte die Therapeutin nach Beispielen für die Enttäuschung der Patientin, danach, was die Patientin von der Therapie erwarte, und auch, was ihre erste Kindheitserinnerung sei, ihre "Phantasie Nr. 1", schließlich, was es für die Patientin bedeute, so krank zu sein. Kernberg riet, mit der Patientin zusammen genau zu eruieren, welche medizinischen Erfolge eine MS-Behandlung haben könne, d.h. welche Perspektive die Patientin in Bezug auf ihre körperliche Krankheit realistischerweise haben könne.

Beeindruckend auch Helm Stierlin. Auch er ein freundlicher, schon älterer Herr, der auf der Bühne mit einem jungen Paar, Matthias und Rachel, ein definiertes Problem besprach. Das Paar war in einem Vorgespräch ausgewählt worden. Warum hat Matthias Angst, mit seiner Frau und dem einjährigen Sohn nach Brasilien zu ziehen? Seine Frau - sie sind sieben Jahre verheiratet - kommt von dort und freut sich auf das in Brasilien übliche intensive Familienleben. Sie wird in dem südamerikanischen Land Arbeit haben, ihr Mann müßte in die Rolle des Hausmanns schlüpfen und das Kind betreuen. Alles sieht gut aus. Warum also hat Matthias Angst? Durch geschicktes Fragen wurde deutlich, daß Matthias auf seine optimistische Frau eifersüchtig ist und er Bedenken hat, in Brasilien von ihr finanziell abhängig zu sein. Stierlin benutzte unter anderem eine Variante der paradoxen Intervention, indem er die beiden einzeln fragte, welche Äußerungen den anderen jeweils "auf die Palme treiben", sie in den "tiefsten Keller der Frustration schicken" würden. Auch bat er jeden einzeln, die Stimmungslage des anderen zu umschreiben und fragte dann den Betreffenden, ob er sich in den Worten seines Partners wiederfinde. Das sind natürlich nur Streiflichter eines jeweils einstündigen Gesprächs.

Begeistert empfangen und mit einer stehenden Ovation verabschiedet wurde Viktor Frankl, Hauptredner des Kongresses. Die Begeisterung rührt vielleicht aus dem schon erwähnten Altersunterschied Referent-Publikum her. Einen Sinn im Leben gefunden zu haben ist für den Adler-Schüler Frankl die beste Medizin gegen Depression, Aggression und Drogenkonsum. Er geht von einem dem Menschen innewohnenden "Willen zum Sinn" aus. Im Dienst an einer Sache und der Liebe zu einem Anderen wachse der Mensch über sich hinaus. Aber kein Therapeut dürfe sagen, was der Sinn des Lebens für den jeweiligen Patienten sei, sagte der Erfinder der "Logotherapie". Jede konkrete Lebenssituation sei sinnträchtig, doch Sinn finden könne nur ein Liebender. "Es hat keinen Sinn, Sinn zu predigen", meinte er in seinem lebhaft und mit kräftiger Stimme vorgetragenen Referat. Am meisten Respekt habe er vor Menschen, die ein schwieriges Leiden meistern und anderen helfen, dies ebenfalls zu tun.

Ich hatte später Gelegenheit, Frankl in einer Pressekonferenz Fragen zu stellen. Die Menschheit ist seiner Ansicht nach trotz vieler Probleme nicht am Ende. Zwar seien die Menschen immer egoistischer und immer weniger fähig zur Selbsttranszendenz, doch entwickle jede Epoche Widerstandskräfte und er habe die Hoffnung, daß sich die Menschen erneut hochrappeln werden. "Deshalb dürfen wir hoffen, auch wenn die Welt im Argen liegt." Er wandte sich damit gegen den Pessimismus amerikanischer Psychotherapeuten wie Alexander Lowen und James Hillman, die ein Ende der Kultur in einigen Jahrzehnten für wahrscheinlich halten. Den Trend zur Selbstverwirklichung nannte Frankl einen "Schwindel". "Man kann Selbstverwirklichung so wenig direkt anpeilen wie Lust und Glück", meinte er. "Sie sind allenfalls unbeabsichtigte Nebenwirkungen der selbstvergessenen Hingabe an eine Sache oder an einen anderen Menschen." Befragt nach seinem eigenen Sinn des Lebens sagte

Frankl, "anderen zu zeigen, daß es einen Sinn in ihrem Leben gibt". Therapie solle zur Verantwortung erziehen, nicht sie übernehmen.

Fünf weitere Veranstaltungen, die ich besuchte, hatten Sexualität, Widerstand, sexueller Mißbrauch von Kindern, philosophische Fragen der Psychotherapie sowie neue Ansätze der Familientherapie zum Inhalt. Auf eine Darlegung möchte ich verzichten, es würde zu weit führen. Das mir wohlvertraute Thema Widerstand brachte Bestätigung des bereits Gewußten. Dem Institut für Tiefenpsychologie und Josef Rattner inhaltlich sehr nahe stand das Thema Philosophie in der Psychologie. Schwer widerzugeben wäre die Debatte um Sexualität, die heutzutage zwischen Liberalisierung, alten Verklemmungen, Unwissenheit und Aids angesiedelt ist. Aus den USA berichteten Referenten über erfolgversprechende Therapien mit armen Familien. Diese Art der Unterstützung von unterprivilegierten Familien zur Selbsthilfe wird stark von Sozialarbeitern (weniger von Psychologen) getragen, aber die Sozialarbeiter werden von Psychologen trainiert.

Ich möchte nun auf zwei Themenkreise eingehen, die auf dem Kongreß immer wieder eine Rolle spielten: Die Frage nach der Effizienz von Psychotherapie, wobei die Rolle der "Außenseitertherapien" bzw. obskuren neuen "Therapien" wie beispielsweise der Reinkarnationstherapie mit zu berücksichtigen ist, und das Thema einer "schulenübergreifenden Therapie". Beides hängt, wie gleich deutlich werden wird, zusammen.

Zunächst zur Frage der Effizienz: Dazu muß man wissen, daß der Berner Psychotherapieforscher Klaus Grawe in einem viel beachteten Referat den meisten Therapieschulen vorwarf, sie hätten ihre Wirksamkeit noch nicht unter Beweis gestellt. Dies müsse Folgen für die Krankenkassen haben, die für einige Therapieformen Kosten übernehmen. Grawe beschäftigt sich, zusammen mit einem großen Team weiterer Wissenschaftler, seit 25 Jahren mit dieser Frage. Eine großangelegte Metastudie, in welcher mehrere hundert Berichte vieler Therapieschulen zur Wirksamkeit ihrer Psychotherapie nach Dutzenden von Kriterien ausgewertet wurden, ist in diesem Jahr in einem 900 Seiten starken Buch veröffentlicht worden ("Psychotherapie im Wandel"). Auf diese Studie hat - nebenbei bemerkt - der Psychoanalytiker Wolfgang Mertens bereits geantwortet ("Psychoanalyse auf dem Prüfstand?", Quintessenz).

Nicht nur daß viele Schulen, darunter die Jungsche Analyse, noch zu wenige Beweise ihrer Wirksamkeit geliefert hätten (gut schneidet nach den Grawe-Kriterien die Verhaltenstherapie ab, mit großem Abstand folgen die Psychoanalyse und die tiefenpsychologische Gesprächstherapie), auch die Grundlagen vieler Psychotherapien sind nach Meinung Grawes ziemlich absurd. "Oft handelt es sich um mehr oder weniger schöne Märchen", sagte er. Als Beispiele nannte er die Konditionierungstheorie der Verhaltenstherapie, wonach Verhaltensänderung wie bei einem Hund adressiert werden könne, und das psychosexuelle Entwicklungsmodell der Psychoanalyse. Aber das nur nebenbei.

Grawe glaubt vier Prinzipien gefunden zu haben, die eine Psychotherapie wirksam machen. Dazu gehören die Aktivierung von vorhandenen "Ressourcen" und die Stärkung der Motivation der Patienten, geheilt werden zu wollen. Ein zweiter Wirkfaktor sei die "Problemaktualisierung". Darunter werde das ernsthafte Sprechen über real erlebte Probleme verstanden. Der dritte Punkt sei eine "aktive Hilfe zur Problembewältigung", beispielsweise die Erfahrung, mit angstmachenden Situationen immer besser zurechtzukommen. Als vierten Wirkfaktor benannte Grawe die "Klärungsarbeit". Dabei gehe es darum, daß der Therapeut dem Patienten helfe, sich über die Bedeutung seines Erlebens und

Verhaltens in Hinblick auf seine bewußten und unbewußten Ziele klarer zu werden. Am wirksamsten sei eine Therapie dann, wenn alle Wirkfaktoren in Betracht gezogen werden.

Interessant ist nun, daß nicht nur seines Erachtens die Zeiten der Psychotherapieschulen vorbei ist. Keine Schule sei in der Lage, so Grawe, die Gesamtheit des Wissens auf dem Gebiet der Psychotherapie vollständig zu erklären. Es gehe nicht um ein Entweder-oder bei den unterschiedlichen Ansätzen, sondern um ein Sowohl-als-auch. Das kommt beispielsweise dem schulenübergreifenden Ansatz in der vom Berufsverband Deutscher Psychologen BDP angebotenen Ausbildung entgegen. Auch James Hillman, um ein weiteres Beispiel zu nennen, vertrat angesichts der Zersplitterung der Psychotherapie in viele Schulen die Ansicht, daß "alle Schulen wichtig sind". Jede für sich biete Einblicke und Ansätze. Der Kongreß war auch - ich wiederhole mich - bedeutend, weil er diesem schulenübergreifenden Anspruch gerecht zu werden versuchte.

Hillman wandte sich vehement dagegen, das Effizienzkriterium in die Psychotherapie einzuführen. "Gott sei Dank ist die Jungsche Therapie ineffizient", rief der Jungianer Hillman mit Blick auf Grawe aus, "effizient sind einzig die Konzentrationslager der Nazis gewesen". Oder Paul Watzlawick: "Es gibt keine eo ipso 'richtige Therapie', da wir keine 'objektiv richtige' Theorie des Menschen haben. Wir müßten das Unmögliche machen und aus der Menschenwelt aussteigen und uns von außen betrachten, wie wir funktionieren. Weil das nicht geht, kann ein Mensch auch nicht 'die' richtige Therapie finden." So Watzlawick wörtlich. Schließlich Viktor Frankl: Er forderte dazu auf, die Therapie zu "humanisieren", satt sie zu "medizinieren". Soweit ich Frankl verstanden habe, geht es ihm (wie Goethe) um tätige Nächstenliebe als Sinn und Aufgabe des Lebens (und der Psychotherapie). Im Vordergrund müsse die Prophylaxe gegen die Sinnkrise stehen.

Damit konnte Grawe nicht einverstanden sein. Er spöttelte über das "Psychofestival", das tatsächlich nicht um die beste und "effektivste" Therapieform stritt. Vielmehr stellten sich die Schulen in einem fast beziehungslosen Nebeneinander selbst dar. Es scheint so, als ob hier jene zwei Denkweisen aufeinanderstießen, die seit 100 Jahren nicht zu einer Synthese kommen wollen und können: die des Wissenschaftlers und die des Therapeuten. "Als Wissenschaftler", so Meichenbaum, müsse er natürlich nach der Wirksamkeit und Effizienz von Therapien fragen. Dem steht die (meines Erachtens berechtigste) Furcht der Therapeuten gegenüber, in das "Prokrustesbrett empirischer Psychotherapieforschung" (Mertens) gepreßt zu werden.

Die ständig neu auf den Markt geworfenen Therapierichtungen wie die "Reinkarnationstherapie" beschäftigte die Referenten und Teilnehmer immer wieder. Die Reinkarnationstherapie ist, so habe ich es verstanden, die ins absurde gesteigerte Erkenntnis Freuds, daß in der frühen Kindheit vorgefallene Traumata zur Neurose führen können. In der Psychoanalyse gibt es ja bereits einige Autoren, die den Geburtsvorgang als traumatisch ansehen; andere Autoren untersuchen gar vorgeburtliche Traumata, und es hat eine gewisse Konsequenz, Traumata in früheren Leben als neuroseverursachend anzusehen. Aber wie schon Russell in Bezug auf Philosophien sagte: Konsequenz angewandt enden sie alle früher oder später im Wahnsinn. "Dürfen die Reinkarnationstherapeuten doppeltes Honorar nehmen?", fragte Meichenbaum verärgert. (Für die, die das – wie ich – nicht sofort verstehen: Honorar für das frühere und für das jetzige Leben, beide werden ja "therapiert".) Viktor Frankl nimmt es gelassen: "Jemand, der so kritiklos ist, daß er sich einem Scharlatan anvertraut, verdient nichts anderes." Auch Thomas Szasz ist nicht gerade alarmiert. Er sieht das Problem als eines des Marktes. Geld wird ausgegeben für das, was man für wertvoll hält. Psychotherapie ist ihm eine Dienstleistung wie

Rechtsanwälte und Sockenverkäufer. Einige Referenten hielten ohnehin das "Scharlatanerie"-Problem für nachrangiger im Verhältnis zur unsinnlichen empirischen Medizinalisierung der Psychotherapie.

Andererseits sind viele unglücklich über die Entwicklung. "Psychotherapy is full of bullshit", meinte beispielsweise Meichenbaum. Viele Formen der Psychotherapie hätten sich geformt und verbreitet durch charismatische Persönlichkeiten, die auf einer oberflächlichen Ebene große Anziehungskraft hätten (das gelte auch für Mediziner). In den USA machten eine Menge Leute eine Menge Geld mit neuen Ansätzen. Er, Meichenbaum, möchte, daß das Publikum etwas kritischer wird. An die Medien gewandt sagte er, diese hätten Gelegenheit und Verantwortung, Psychotherapie als einen seriösen und ernsthaften humanen Versuch zur Beeinflussung von Menschen darzustellen. Es gebe klare Beweise, daß Psychotherapie wirklich helfen kann. Psychotherapie finde schon lange nicht mehr nur zwischen zwei Personen in einem Zimmer statt, es gebe viele innovative Ansätze zur Familienhilfe. Meichenbaum wandte sich damit gegen eine resignierte Haltung ob der unübersichtlichen Psycho-Szene und der vielen seltsamen Therapieformen.

Es kann allerdings kein Zweifel daran bestehen, daß die Zersplitterung in der Psychotherapie, die ständige Neuerfindung von Therapien ein Ärgernis ist und nicht nur Therapeuten, sondern vor allem das an Seelenheilung interessierte Publikum verwirrt. Ich fand auf dem Kongreß unter unendlich vielen anderen einen Zettel, auf welchem die Neueinführung der "Provokativen Therapie" annonciert wurde. "Provokative Therapie", heißt es dort, "ist eine von Frank Farrelly entwickelte Therapieform, die der Arbeit von Milton Erickson und den paradox arbeitenden Schulen nahesteht. Frank Farrelly fand heraus, daß sich Humor und Provokation mit Empathie und Wohlwollen sehr gut vereinbaren lassen. Er stellte viele für unumstößlich gehaltene Therapieregeln auf den Kopf und machte das befreiende Lachen in der Therapie gesellschaftsfähig." Ich denke, jedem Therapeuten ist klar, daß Provokation, paradoxe Intervention und Humor Teile einer Therapie sein können, doch niemals tragende Elemente einer solchen. Der Patient wird sehr schnell merken, wenn ständig "humorvoll die Fassade eines Menschen persifliert wird".

Nun passiert aber folgendes: Herr Farrelly gründet natürlich erst einmal ein "Zentrum" beziehungsweise ein "Deutsches Institut für Provokative Therapie", um Fort- und Weiterbildungskurse im Provokativen Stil (= ProSt) anzubieten. Workshops "mit Frank Farrelly" werden groß annonciert, der Mann baut sich auf. Er fängt an zu reisen, erst in Deutschland, dann im Ausland. Es folgt die Gründung der Deutschen Vereinigung für Provokative Therapie, der später eine European Association of Provocative Therapy folgt. Der Aufbau der World Association of Provocative Therapy dauert etwas, ist aber logisch unvermeidlich. Parallel dazu werden erst Schriften, später Bücher zum Thema veröffentlicht, flankiert von Tonbandmitschnitten und Videoaufnahmen von Vorträgen und Therapiestunden. Es wird ein eigener Verlag gegründet. Wenn alles gut geht, kann ein Schulungszentrum gekauft werden. Die zwanglose Kombination mit Hypnose, Traumarbeit, Astrologie, Psychosomatik, Atem, Bachkieseldeutung, Familienberatung etc. pp. garantiert eine uferlose Ausweitung des Therapie-, Fort- und Weiterbildungsangebots in Klientenzentrierter Gesprächsführung, Hypnotherapeutischen Konzepte, Integriertes Entspannungstraining, Practitioner-Ausbildung, Einzel- und Gruppenseminaren, Tages- und Wochenendseminaren, Selbsthypnose, Raucherentwöhnung, Reframing, Grundlagen- und Fortgeschrittenenkursen, Supervision sowie der Publikationstätigkeit. Vielleicht aber spricht man

in drei Jahren nicht mehr von der Provokativen Therapie, weil doch zu viele merken, daß man eine Therapie nicht auf einem willkürlich herausgegriffenen Element aufbauen kann.

Ich will damit folgendes sagen: Die Fähigkeit der Psychologenzunft, ein *perpetuum mobile* der Selbstbeschäftigung in Gang zu setzen, beeindruckt, ja erschlägt Praktisch jeder Therapieteil kann zu einer Schule ausgebaut werden; ich reklamiere hiermit die Priorität für die Vergangenheits-, Gegenwarts- und Zukunftstherapie, für die Alltags-, Mut- und Realitätstherapie, die Selbsterziehungs- und Kommunikationstherapie. Wenn ich demnächst mal eine Stunde Zeit habe, werde ich weitere 30 Therapieformen erfinden. Selbstverständlich werde ich behaupten, daß "ich viele für unumstößlich gehaltene Therapieregeln auf den Kopf stelle". Im Ernst: Es gibt einen Psycho-Boom, eine Psycho-Industrie, ein Riesengeschäft mit Diskount-Heilung, das Publikum drängt sich dazu. Oder wie Frankl es sagte: "Die Psychotherapie ist eine miese Branche geworden." Die seriösen Angebote haben es schwer, durch diesen Supermarkt an die Oberfläche zu dringen.

Dem steht der schon erwähnte Trend zu einer Integration der Schulen im Sinne eines positiv verstandenen Eklektizismus gegenüber. Welche Rolle nehmen dabei die Ausbildungsinstitute ein? Zu diesem Zweck schaute ich auf den Büchertisch des Hamburger Kongresses. Dort fand ich Paul Watzlawicks "Konstruktivismus", die Frage, wie Menschen ihre Wirklichkeit konstruieren, ausgehend von der These, daß wir noch viel zu wenig wissen, daß wir Konstrukteure unserer Welt sind. Watzlawick meint, Wirklichkeit ist "erfunden". Oder nehmen wir Irving Yaloms "Existentielle Psychotherapie", welche die Übernahme von Verantwortung betont. Albert Ellis' Rational-emotive Therapie will trotz des verqueren Namens kaum mehr, als das innere Selbstgespräch bei seelischen Problemen zu verändern. Aaron T. Beck, der ebenfalls Referent des Kongresses war, betont "Liebe ist nie genug" und will Mißverständnisse überwinden, Konflikte lösen und Beziehungsprobleme entschärfen. Stierlin therapiert Familien und Paare, hebt die Schwierigkeit der Individuation hervor, das Drama der Trennung und Versöhnung der Jugendlichen mit den Eltern etc. Lowen betont hingegen den Körperausdruck als Schaufenster zur Neurose. Hillman forderte eine Art ökologische Psychotherapie; bislang würden die Therapien individuumszentriert sein, "Welt" und "Umwelt" würden zu sehr ausgeklammert. "Wir alle sind Patienten, die in einer Denkweise leben, die uns von der Welt absondern."

Gedankliche Konstruktion, Veränderung, Verantwortung, Selbstgespräche, Liebe, Körper, Individuation – wenn ich die Begriffe Revue passieren lasse, komme ich zu dem Schluß, daß alle diese immer schon Gegenstände der Tiefenpsychologie waren. Sie praktiziert seit jeher, was jetzt von immer mehr immer stärker gefordert wird: die Synergie der Schulen statt ihres unfruchtbaren Gegeneinanders. Hillman nannte übrigens Alfred Adler und dessen Forderung nach "Gemeinschaftsgefühl" als positive Ausnahme einer Psychologieschule, die den Menschen von vornherein als Teil der Gemeinschaft betrachtet.

* * *