

Psychotherapie und Bildung

In der Berliner Großgruppentherapie werden Psychotherapie und Bildung miteinander verbunden, ein Ansatz, der in der Fachwelt auf Kritik stößt. Man halte nichts davon das Gold der Analyse mit dem weniger edlen Metall der Pädagogik zu vermischen. Warum das so ist, lässt sich nicht leicht erklären. Es hängt mit der Eigenart des Begründers dieser Therapieform zusammen, mit seiner Charakterstruktur und Persönlichkeitsartung.

Josef Rattner schreibt in *miteinander leben lernen (mll 1/2006)*: Das Grundgefühl, auf dem sich unsere Großgruppentherapie gründet, ist unter anderem eine Haltung der Bescheidenheit. Es ist unendlich schwer, einen anderen Menschen wirklich zu verstehen, so dass viel eher Missverständnisse produziert werden als Verständnis. Dieser Faktor Bescheidenheit ist für die Geisteswissenschaften allgemein zentral. Wenn man einen Dichter oder einen Künstler oder eine Epoche verstehen will, muss man sich Jahre und Jahrzehnte damit befassen, bis man etwas annähernd Richtiges oder Wichtiges sagen kann. Hinzu kommt, dass ein weiterer Interpret das Thema anders auslegt und deutet, wobei seine Auffassung genauso begründet sein kann wie die unsere.

So war ich beim Beginn meiner therapeutischen Tätigkeit eigentlich ratlos und habe daraus die Konsequenz gezogen, möglichst schonend in fremdes Seelenleben einzugreifen. Das fällt dem psychoanalytisch Geschulten schwer, weil die Psychoanalyse das Vorbild der Medizin vor Augen hat. Die Medizin hat heute eine wunderbare Diagnostik. Nach einigen Tests weiß man, was mit einem Menschen los ist, dann folgt ein kühner Eingriff, und der Patient ist im günstigen Fall geheilt. In der Psychologie ist das nicht so. Was sich in der Seele abspielt, ist äußerst komplex und dementsprechend dunkel. Man weiß davon so wenig, dass man sich bei jedem Fall von Hypothese zu Hypothese vorantasten muss.

Ich habe daraus den Schluss gezogen, dass der beste Therapeut der Patient selber ist. Das heißt nicht, dass ich als

Analytiker zum Nichtstun verdammt war. Wenn ich ihm ein Vorbild sein konnte, war das schon viel. Wenn ich ein Klima der Angstfreiheit, Wissbegierde und Forschung in unserer Therapiegemeinschaft schuf, hat das therapeutisch gewirkt. Die Initiative und Hauptkraft der Heilung soll man jedoch im Patienten selbst sehen, der animiert wird, sich zu erkunden, zu erforschen und zu ändern.

Leider ist der Patient meistens psychologisch ungebildet. Wie soll er sich nun studieren und verändern? Auf Fachkenntnisse kommt es nicht entscheidend an. Eher schon auf die Lebenskenntnis, und in dieser Beziehung ist der Laie gegenüber dem Psychologen nicht unbedingt im Nachteil. Anders ausgedrückt: Wenn es um das Studium der Lebensweisheit geht, sitzen Therapeut und Analysand im selben Boot.

Damit wird der Niveauunterschied zwischen ihnen eingeebnet. Beide sind in ähnlicher Situation: Sie untersuchen die eigene Persönlichkeit, wollen wachsen und sich entwickeln, und die Therapie schafft dafür günstige Rahmenbedingungen. Alles Übrige wird sich zeigen. Diese Einstellung hat sich als nützlich erwiesen.

Das Medium der Selbsterkenntnis und Selbstentwicklung ist die Bildung. In ihr liegen Rahmen und Inhalt aller Impulse und Möglichkeiten, welche das Wachstum der Person begünstigen. Wenn dies der Therapeut berücksichtigt, wird er ebenso zum Lehrer wie zum Heiler.

Das entspricht der Meinung von Carl Gustav Jung, der überzeugt war, dass man die Probleme einer Neurose nicht lösen kann. Man vermag sie nur zu überwachsen. Wenn man an seelisch-geistigem Niveau, Weitblick und an Empfänglichkeit für Kultur und Mitmenschlichkeit gewinnt, werden die neurotischen Probleme zweitrangig. Man schiebt sie sozusagen an den Rand des Seelenlebens. Sie verlieren an Kraft, und das ist die Heilung.

Die Vorstellung, in der Therapie gehe es nur darum, einiges im unbewussten Seelenleben aufzudecken, als Ursache festzunageln oder als Übertragungsneurose durchzuarbeiten,

ist meines Erachtens ein Irrtum. Es ist eine Illusion zu glauben, dass sich der Patient aufgrund einer solchen Behandlung wandelt, und dass er wächst und gesund wird.

Neurose besteht unter anderem darin, dass man den Glauben an sich und an wertvolle Ziele verloren hat. Dann stagniert die seelische Dynamik, und das ist eine der Quellen und Ursachen der Symptome. Wenn Libido oder Seelenkraft unverwendet bleibt, mündet sie in eine physische oder psychische Symptomatik ein. Sofern aber ein Mensch Ziele, Werte und Zwecke in sich spürt, gerät die Seele in Fahrt, und das macht ihn gesund. Die gleichwohl bestehenden Probleme und Konflikte können als nebensächlich an den Rand des Hauptstrebens verschoben werden.

Es ist darum nicht einzusehen, warum den Patienten Schulung und Bildung vorenthalten werden soll. Die Befürchtung, dass der theoretisch instruierte Patient die Therapie durch Intellektualisieren stören kann, besteht zu Recht, ist aber mit einiger Umsicht zu bewältigen.

An sich drängt sich die Integration von Kultur und Bildung in die Therapie auf, weil die Tiefenpsychologie selbst schon ein wundervolles Bildungsmittel ist. Sie ist ein wesentlicher Durchbruch im modernen Denken, eine Art verfeinerte Aufklärung und damit für die Menschheit ein ungeheurer Gewinn. Das Wissen um Struktur und Funktion des Seelenlebens fördert unmittelbar. Freud, Adler und Jung haben diese Einsicht regelmäßig in die Praxis umgesetzt. Sie haben ihre Wissenschaft den Schülern und Patienten kundgetan, und das war nützlich. Es ist nicht einzusehen, warum nicht jeder Patient bei nicht gestörter Intelligenz ein kleiner Tiefenpsychologe werden soll.

Die Bildung bestünde so verstanden in ihrem Zentrum aus der Tiefenpsychologie und müsste auf jene angrenzenden Wissenschaften vom Menschen und seiner Kultur übergreifen, zu denen es eine enge Beziehung gibt. Ein solcher Bildungsprozess ist ein Psychohygiene-Element von Rang. Wer Bildung hat, weiß, wozu er lebt und lernt.

An dieser Stelle ist die Frage relevant, was der höhere Sinn von Bildung ist. Wir möchten hier eine Brücke zur Psychiatrie schlagen, indem wir das Problem der Psychose anvisieren. Was ist ein Wahn? Er ist vermutlich oft biologisch mitbedingt; aber wir wissen nicht, welcher Faktor im Genom des Menschen die Schizophrenie bewirkt. Das ist nur ein Teil der Ursache; daneben spielen lebensgeschichtliche Erfahrungen und Traumatisierungen eine Rolle.

Die Psychoanalyse hat die lieblose Kindheit als maßgebliche Causa angeschuldigt. Das wurde in der Regel einseitig gesehen. Lieblosigkeit allein tut es nicht. Manchmal wachsen Kinder lieblos auf und bleiben leidlich gesund; andere bekommen viel Liebe und werden verrückt.

Ein wesentliches Element einer solchen Gemütsverwirrung ist mitunter der Größenwahn oder die Größenvorstellung. Der Patient denkt sich in Rollen hinein, die nicht auf ihn passen: Er ist Cäsar, Hitler, Napoleon oder sonst ein großes Tier. Man sagt, dass er damit Kleinheitsvorstellungen kompensiert. Das wird wohl richtig sein, und es ist sozusagen die andere Seite der Medaille: Der Patient fühlt sich winzig, klein und hilflos. Um das nicht zu zeigen oder um sich aufzuwerten, verlegt er sich auf Größenideen und verkündet Dinge, die wahnhaft, aber in seinem Sinn großartig sind.

Wie kommt derlei zustande? Warum erliegt ein Mensch den Verlockungen einer extremen Kompensation? Wir anderen kultivieren ebenfalls unseren kleinen Größenwahn, wo jeder denkt, er sei der Allergrößte, aber das geschieht mit Maßen. Dass der Patient diese Dynamik ausweitet und ihr schließlich zum Opfer fällt, hat besondere Gründe.

Wir rekonstruieren hier einen psychischen Anteil an der Wahnbildung, ungeachtet dessen, was sich im biologischen Fundament der Persönlichkeit sonst noch abspielen mag. Wir befassen uns hierbei mit der inneren Lebensgeschichte des Patienten, die in der Psychotherapie wesentlicher als die äußere Biographie ist.

Dabei gehen wir von der anthropologischen Tatsache aus, dass jeder Mensch von Natur mit Minderwertigkeitsgefühlen begabt ist. Folglich wird immer ein kompensierendes Macht- und Geltungsstreben entstehen. Das Kind träumt sich in eine Zukunft von Allmacht und Allwissenheit hinein. Es fragt sich nur, ob es bei seiner weiteren Entwicklung die Rechnung mit der Realität macht. Letztere mindert unsere Größenträume zum real Machbaren herab.

Es ist eine Aufgabe der Erziehung, durch sozial-kulturelles Training das Menschenkind in die vorhandenen Lebensbedingungen einzuführen. Das beinhaltet unzählige Lern- und Anpassungsprozesse. Das Kind bleibt lernwillig, wenn es sich in seiner Umwelt geborgen und sicher fühlt. Wird es verängstigt und emotional isoliert, verweigert es die Kenntnisnahme dessen, was ihm Eltern und Erzieher bewusst und unbewusst beibringen wollen.

Die Vielzahl der Störfaktoren in diesem Geschehen lassen sich auf den einheitlichen Nenner eines Machtkampfes reduzieren. Wo sich das Kind infolge pädagogischen Ungeschicks herausgefordert fühlt, will es in erster Linie seiner Umgebung überlegen sein. Dass hierbei seine innere und äußere Entwicklung auf der Strecke bleibt, bekümmert es wenig.

Eine Folge des Widerstands gegen die Erziehung ist, dass das kindliche Machtbedürfnis nicht eingeschränkt werden kann. Wo immer jedoch gut erzogen wird, mäßigen Bildungsfaktoren den Geltungs- und Größenwahn. Bildung enthält nicht nur soziale Einfügung, sondern auch die Maßstäbe dessen, was dem Menschen adäquat und wahrhaft förderlich ist. Das wirkt bis in die Tiefenschichten der Gefühle und Affekte hinein, die ebenfalls gebildet werden müssen.

In diesem Sinne wird oft schon der Grundstein zu einem späteren Wahn gelegt, wenn der Zögling in weiten Sphären seines Selbstseins außerhalb der Kultur bleibt. Das merkt die Umwelt kaum, da sie ebenfalls solche Kulturlücken aufweist, und weil der Heranwachsende seine diesbezüglichen Defizite und Mängel sorgsam verbirgt. Darum die langfristige

scheinbare Angepasstheit späterer Patienten, die erst durch manifeste Schicksalsschläge oder Belastungen in einen Wahn übergehen.

Soziale und kulturelle Formung sind die Basis des *Common sense*, den Alfred Adler zu einem Gesundheitskriterium der Psyche erhob. Durch Bildung lernen wir die Absage an eine private Intelligenz und üben es ein, mit dem Kopf anderer zu denken, mit dem Herzen anderer zu fühlen und mit ihnen in einer gemeinschaftlichen Welt zu leben und zu wirken.

Die Sonderlingshaftigkeit oder innere Vereinsamung in Neurosen und Psychosen wurde schon oft thematisiert. Die Therapie vor allem bei den Letzteren ist meistens so entmutigend, weil der Kranke unendliche Mühe hat, sich auf die Denkweise des Therapeuten einzulassen und sich an ihr zu entwickeln. Das nannte man in der Frühzeit der Psychoanalyse die Unfähigkeit zur Übertragung. Wo keine emotionale Beziehung zwischen den Protagonisten des Therapieprozesses zustande kommt, kann man kaum etwas erreichen.

Wenn wir richtig sehen, müsste in der Psychiatrie die überwiegend medikamentöse Behandlung nicht nur durch Psychotherapie, sondern auch durch Schulungsvorgänge aller Art ergänzt werden. Man wird hier einwenden, dass unter den Wahnpatienten mitunter auch hoch gebildete Personen anzutreffen sind. Das widerspricht nicht unserem Theorem. Denn wir haben weiter oben ausgeführt, dass das auf sich selbst zurückgeworfene Kind im Verborgenen seine Unangepasstheit aufrecht erhält, weil es so seine kindlichen Gottähnlichkeitsträume weiter kultivieren kann. Selbst akademische Schulung und Erfolge heilen diese Außenseiterhaltung nicht, und wenn die Fassade korrumpiert wird, kommt auch bei gebildeten Charakteren möglicherweise ein Wahn zum Vorschein.

Das wirft nun ein Licht auf die anthropologische Situation des Menschen. Er hat keine Instinkte, und daher ist sein Innenleben primär chaotisch. Kultur und Bildung haben die Funktion, der Psyche einen gewissen Rahmen und eine

Grundorientierung zu bieten. Wo die Erziehung hierin versagt hat, müssten Bildungsprozesse im späteren Leben den Aufbau der sozial-kulturellen Lebensform nachholen.

Bei dieser Aufgabe sollte sinnvoller Weise eine enge Solidarität zwischen Therapeuten und Patienten konstelligiert werden. Das übliche Autoritätsgefälle zwischen Arzt und Patient darf nicht überstrapaziert werden. Sofern der Analysand unnötige Überlegenheitshaltungen bei seinem Gegenüber spürt, wiederholt sich die Tragödie seiner Kindheit, wo er durch das Machtgebaren seiner Erzieher selbst in das zwanghafte Bedürfnis nach Macht hineingeriet.

Es erfordert eine humanistische und demokratische Gesinnung, um im Therapiegeschehen Gleichwertigkeit und Gleichberechtigung aller Beteiligten zu gewährleisten. Das erfolgt nur im Rahmen einer gemeinsamen Hingabe an einen grenzenlosen Willen zur Bildung. Bildung macht nicht nur frei, sondern auch wahrhaft human. Also ist sie das eigentliche Ziel der Therapie.