

Wes Brot ich ess', des Lied ich sing'?

Liselotte Nausner

Jour fixe der Regionalgruppe Wien/FS IG

19. 5. 2015

Der heutige Vortrag soll sich zwar mit der Zukunft der Psychotherapie beschäftigen, aber beginnen möchte ich mit einem kurzen subjektiven Rückblick in die Vergangenheit – die Älteren unter Ihnen/euch haben sie ja auch erlebt.

In den Anfängen dessen, was sich inzwischen zur Psychoszene entwickelt hat, in den 60er- und 70erjahren des vergangenen Jahrhunderts war klar, dass es sich bei dem, was wir hier taten, um einen Teil einer Gegenkultur handelte:

Man ging zu sogenannten Sensitivity-Trainings, um die verschütteten, verbotenen, verdrängten Gefühle aufzuspüren und auszudrücken, die uns unsere autoritäre Erziehung „abgewöhnt“ hatte – es wurde geschrien und geschlagen, geweint und umarmt, und nebenbei versucht die Theorie der „offenen Beziehung“ mit GruppenkollegInnen – und manchmal auch mit GruppenleiterInnen – in die Praxis umzusetzen. Man ging zu Gruppendynamik-Seminaren, um das Funktionieren von Machtstrukturen und Dynamiken in Gruppen zu begreifen, um Kommunikation besser zu verstehen, um sich selber – und alles mögliche Andere – zu erleben und zu erfahren.

Es ging um Gefühle bis hin zum Alles befreienden Urschrei – Bert Hellinger war damals schon berühmt und berüchtigt, zuerst als Gruppendynamiker, dann als Urschreitherapeut. Es ging um Gefühle – nach dem Frust der langen Schulsozialisation mit ihrer Überdosis an Frontalunterricht und den vielen Antworten auf Fragen, die wir nie gestellt, geschweige denn begriffen hatten (von Mathematik bis Philosophie) und den zermürenden Diskussionen in den politischen Zirkeln der linken Szene.

An manchen Orten wurde damals die „Entpolitisierung“ beklagt, der Rückzug in die Innerlichkeit – und für manche von uns war es das auch. Aber insgesamt war die Bewegung eingebettet in die vielen „Bewegungen“, die es damals gegeben hat:

Friedensbewegung, Anti-Atombewegung, Frauenbewegung, Studentenbewegung etc. und war so ein Teil der gegen das „Establishment“ gerichteten Gegenbewegung“. Bewegung war das Wort der Stunde nach der Erstarrung der Nachkriegszeit.

Wir wollten etwas erleben, uns selbst erfahren, als therapiebedürftig im heutigen Sinn haben wir uns nicht begriffen – und wenn, dann war klar, dass uns die Gesellschaft krank gemacht hatte und die Thematisierung unserer Leiden war ein quasi politischer Akt. Auch der zu trauriger Berühmtheit gelangte Friedrichshof Otto Mühls war ein Kind dieser Zeit und zeigte, wie schwer es war (und ist) den Prägungen, die man erlitten hat, zu entkommen. (Dazu gibt es einen berührenden Film: Meine keine Familie)

Viele spätere PsychotherapeutInnen haben keine strukturierte Ausbildung durchlaufen sondern sich ihre Entwicklungsschritte – und hauptsächlich ist es ja um Entwicklung gegangen, nicht um klinisches Wissen – am freien Seminarmarkt zusammengesucht. Die, die ein Curriculum absolviert haben, wussten, dass sie auf einen „Beruf“ hinarbeiteten, den es offiziell gar nicht gab – Therapie war den Ärzten vorbehalten.

Das Psychotherapiegesetz 1991 hat alles geändert. PsychotherapeutIn war nun ein geschützter Berufstitel, es gab jede Menge Regelungen und seither sind es nicht weniger geworden. Damals sollte „in einem Aufwaschen“ auch ein Gesamtvertrag beschlossen werden – die PsychotherapeutInnen haben ihn abgelehnt. Aus politischer Unvernunft und Naivität, sagen die einen, weil sich die Psychotherapie nicht verkaufen durfte, sagen die Anderen. Und dieser Konflikt hat sich bis heute erhalten unter verschiedenen Überschriften: ausschließliches Anstreben des Gesamtvertrags und/oder Akzeptanz der Realität von Versorgungsvereinen, Ablehnung jeder speziellen Listenführung oder Weiterbildungsrichtlinie für SKJ-Psychotherapie und Spezialisierung samt Listeneintragung, Eröffnung einer Versorgungsambulanz oder Ablehnung jeglicher Kooperation mit der WGKK. Die Liste lässt sich fortsetzen.

Im Kern geht es dabei immer um den Konflikt zwischen politischen Idealen und Verweigerung von unzulänglichen Lösungen und Realpolitik als Politik des Möglichen und Notwendigkeit von Kompromissen; um die Frage, wie viel Anpassung an bestehende Verhältnisse akzeptabel ist und wo der Verrat an den

eigenen Werten beginnt; wie vielen Menschen u.U. Hilfe vorenthalten werden darf, weil sie sie sich nicht leisten können, um der Durchsetzung eines politischen Ziels Willen.

Das ist natürlich ein alter und letztlich unauflöslicher politischer Konflikt. Wie viel individueller Vorteil bzw. individuelle Verbesserung darf „geopfert“ werden auf dem Altar gesellschaftlicher/politischer Ideale. Und er stellte und stellt sich in vielen Weltgegenden und Zusammenhängen sehr viel schärfer als für die Psychotherapie.

Ich habe vor Kurzem eine Biographie Che Guevaras gelesen. Er war der Popstar der Revolutionäre der 60erjahre, berühmt geworden durch sein Portrait, das auf T-Shirts, Postern, Postkarten noch immer präsent ist, und ein Märtyrer nach seiner Ermordung in Bolivien. Auch nach ausführlicher Lektüre: ein aussergewöhnlicher Mann, engagiert für die Armen Lateinamerikas und Afrikas, überzeugt von der Überlegenheit des Sozialismus und von der Möglichkeit einen neuen Menschen zu erschaffen, zu erziehen. Bereit als Vorbild voranzugehen, sich selbst auszubeuten bis an die und oft über die Grenze des Zumutbaren hinaus – ein Mann mit hohen Idealen und der Konsequenz an ihrer Durchsetzung zu arbeiten mit dem eigenen Tod vor Augen. Und ein Mann, der bereit war nicht nur sein Leben zu opfern sondern auch das seiner treuesten Weggefährten und vieler politischer Gegner und Feinde in Soldaten- und Polizistenuniformen, die vielleicht auch arme Bauernsöhne waren wie die, für die er gekämpft hat. War er dazu berechtigt? Vermutlich nicht, ich weiss es nicht. Andererseits: nichts wäre erkämpft worden ohne Opfer von Einzelnen. Wo wären wir ohne die, die Widerstand gegen Diktaturen oder „die Verhältnisse“ geleistet haben in vielen historischen Situationen und ihr Leben riskiert und geopfert haben für Veränderungen.

Zurück zur Psychotherapie. So gesehen haben wir es relativ einfach, es geht bei uns meistens nicht um Leben oder Tod – aber doch um die Qualität des Lebens Vieler.

Psychotherapie ist in den Jahren seit dem Beschluss des Psychotherapiegesetzes wenn schon nicht in der Mitte der Gesellschaft, so doch im Gesundheitssystem angekommen. Sie ist nicht mehr eine Einrichtung für exzentrische Spinner, sondern akzeptiert als notwendige Institution für Kranke und Belastete. Das ist natürlich begrüßenswert - und es hatte und hat seinen Preis.

Wir sind als PsychotherapeutInnen mit einer Vielzahl von Gegebenheiten konfrontiert, denen wir aus professioneller Sicht nicht oder nur bedingt zustimmen, die aber aus der Sicht der Steuerzahler, die wir auch sind, und derer, die die öffentlichen Gelder verwalten, nachvollziehbar sind. (Freilich würde man sich wünschen, dass alle die Geldverwalter es in anderen Zusammenhängen auch so genau nehmen mit der sorgfältigen Verwaltung der Mittel wie bei der Genehmigung von Psychotherapien). Wir leben mit einer Durchlöcherung der Verschwiegenheit durch Dokumentationspflichten in Institutionen und Kassenformulare (alle meine PatientInnen, die Angestellte der StGKK waren, haben auf den Kassenzuschuss verzichtet, um nicht in den Computer ihres Arbeitgebers zu kommen); mit der Verwendung eines psychiatrischen Diagnoseinstruments, das nur bedingt zu unseren diagnostischen Kategorien passt; mit der Notwendigkeit Krankheitswertigkeit festzustellen und damit eine Grenze ziehen zu müssen, wo wir ein Kontinuum sehen; mit der Unmöglichkeit Prävention, die insgesamt gesehen viel Geld sparen würde, den Kassen verrechnen zu dürfen. Wir leben mit Arbeit unter finanziellen Bedingungen (Kassentarife, Einstufungen in Institutionen), die nicht kostendeckend, geschweige denn angemessen sind, mit selbst finanzierten Ausbildungen und unentgeltlichen Praktika für die ABK, mit Selbstaussbeutung der Lehrenden für Administration und Organisation der Ausbildungen, mit der Tatsache, dass wir keine öffentlichen Gelder für die von uns verlangte Forschungstätigkeit erhalten, und dennoch – oder deswegen – mit mangelndem Respekt angrenzender Professionen vor unserem Wissen und Können. Wiederum lässt sich die Liste fortsetzen. Wir sind Teil dieser Gesellschaft geworden, wenn auch noch nicht ein wirklich anerkannter Teil, und zahlen mit einem hohen Maß an Anpassung und Schweigen. Haben wir uns ruhig stellen lassen?

Ein Name, der in meiner Jugendzeit von Bedeutung war, ist Herbert Marcuse, die Älteren unter ihnen/euch werden sich erinnern: das Frankfurter Institut für Sozialwissenschaften, Theodor Adorno, Max Horkheimer, Erich Fromm und eben Marcuse. In seinem Buch „Der eindimensionale Mensch“ schreibt er, dass diese (gemeint: kapitalistische) Gesellschaft keine wirkliche Alternative zulässt. Was als Alternative, als Antithese, als Gegenbewegung, als Opposition beginnt, wird mittels Marktmechanismen integriert und unschädlich gemacht – gekauft, könnte man sagen, wenn man es spitz formulieren will. Alles wird zu einer Mode, zu einem Trend –

selbst die Bürgerschrecks auf den Musikbühnen der 70erjahre mit den langen Haaren und den Drogenexzessen enden – wenn sie überlebt haben – als millionenschwere Schlossbesitzer irgendwo in Schottland oder auf Privatinseln im Pazifik. Daniel Cohn-Bendit, der „rote Danny“ der Studentenrevolte, Gottseibeiuns aller besorgten Eltern der 60erjahre, sitzt als Abgeordneter im Europaparlament. Noch immer klug und engagiert, hoffentlich auch noch immer unbestechlich.

Hat die Psychotherapie sich kaufen lassen für eine gewisse gesellschaftliche Akzeptanz, für die Möglichkeit einen Beruf ausüben und damit offiziell Geld verdienen zu können? Wie viel Anpassung und wie viel Widerstand sind wir uns und den Menschen schuldig, die sich an uns wenden? Fragen, über die es sich zu diskutieren lohnt, obwohl – oder weil – sie nicht letztgültig beantwortbar sind.

Wohin gehen wir als Profession, wohin geht die Psychotherapie als gesellschaftliche Institution? Hilarion Petzold, der Begründer der IT und wesentlich an der Geschichte der IG in dieser Sektion beteiligt, wird nicht müde – je älter er wird umso deutlicher – die Psychotherapie als Kulturarbeit zu bezeichnen. Psychotherapie ist nicht nur Krankenbehandlung, sie ist Kulturarbeit in dem Sinn, dass sie Themen aufgreift und sich mit ihnen auseinandersetzen muss, die gesellschaftlich relevant sind, die nötig sind, um gegen destruktive und menschenverachtende Entwicklungen anzudenken, anzureden, anzuhandeln. Psychotherapie darf nicht zu einer Reparaturwerkstatt verkommen, die die an den gesellschaftlichen Zuständen Erkrankten zurichtet, damit sie wieder und weiter funktionieren, sie muss aufzeigen, wo die Gesellschaft krankt. Sie muss (und kann) die gesellschaftlichen Verhältnisse auf theoretischer Ebene mit Hilfe ihrer Begriffe und Konzepte durchdenken und die Ergebnisse ihres Nachdenkens öffentlich ausdrücken.

An sich ist das gestalttherapeutische Credo: Die neurotische Reaktion des Individuums ist die gesunde Reaktion auf kranke Verhältnisse – und Vielen von uns ist das auch bewusst. Aber: Was tun mit dieser Erkenntnis? Welche Konsequenzen hat sie? Sollen wir uns verweigern, aussen vor bleiben oder besser: Hätten wir das tun sollen? Auch das ein alter politischer Konflikt: ausserparlamentarische Opposition und/oder der Marsch durch die Institutionen? Die Psychotherapie insgesamt hat sich längst entschieden: Wir sind mitten auf dem Marsch und lange nicht am Ziel. Aber

was ist das Ziel? Was sollte das Ziel sein – für die Psychotherapie und für die Gesellschaft, deren Psychotherapie sie ist?

Systemimmanente Ziele können nur sein:

- psychotherapeutische Versorgung für alle, die sie brauchen, unter Bedingungen, die der Psychotherapie angemessen sind: freie PsychotherapeutInnenwahl, Verschwiegenheitsgarantie etc.
- angemessene Ausbildungs- und Arbeitsbedingungen und Bezahlung für die, die die Versorgung mit Psychotherapie bereitstellen.

Dafür sind Berufsverbände und Sozialversicherungen im Rahmen gesetzlicher Regelungen zuständig. Auf die diesbezüglichen zahlreichen Mängel immer und immer wieder hinzuweisen ist notwendig. Über den Stil lässt sich wie immer und überall streiten. Dass die Performance der RepräsentantInnen unseres Berufsstandes bisher viele Verbesserungsmöglichkeiten zulässt, ist offensichtlich und uns allen bekannt.

Der Einfluss, die Macht, liegt derzeit eindeutig bei den Versorgungsvereinen. Sie verwalten und „verteilen“ einen Großteil des Geldes der Krankenkassen über Kontingenzuteilungen an niedergelassene PsychotherapeutInnen. Man kann diese Entwicklung beklagen, realistisch betrachtet war meiner Meinung nach der Gesamtvertrag tot in dem Moment, in dem in Wien der erste Versorgungsverein gegründet wurde. Persönlich glaube ich nicht mehr daran, dass es Sinn hat, Fundamentalopposition gegenüber den Kassen zu machen.

Es braucht eine Doppelstrategie: Kooperation, um die derzeitige Versorgung und deren schrittweise Verbesserung zu gewährleisten UND stetige Versuche über politische Wege die Sozialpartner zu zwingen ihrem gesetzlichen Auftrag nachzukommen. Das braucht Fingerspitzengefühl, diplomatisches Geschick, Zähigkeit und das Wissen, dass man mit Brachialmaßnahmen nichts erreichen kann, wenn man realpolitisch am kürzeren Ast sitzt.

Es braucht die offensive Mitarbeit der Berufsvertretung in allen Gremien und Strukturen, die sich mit der Gesundheitsversorgung beschäftigen. Der Berufsstand ist – gesellschaftlich gesehen – jung, er muss sich in vorhandene Strukturen hinein

reklamieren und darf nicht auf Einladungen warten. Die gekränkte Attitüde, die man vielerorts bemerkt – die wollen uns nicht, die übersehen uns – wäre zu überwinden zu Gunsten einer offensiven Haltung, die vermittelt, dass wir Wesentliches beizutragen haben. Auch „Trotz“ – wir arbeiten nicht mit, wir verweigern uns, wir halten uns ausserhalb – ist nicht zielführend für eine bessere Etablierung als Berufsstand.

Berufspolitisch wäre es auch begrüßenswert, wenn die Ausbildung voll akademisiert wäre, d.h. ein Studium, das A-Wertigkeit garantiert. Derzeit ist unklar, ob die bevorstehende Änderung des Psychotherapiegesetzes dies vorschreiben wird. Viele Fachspezifika sehen die Nachteile größer als die Vorteile.

An diesen Bemerkungen sieht man: Ich bin für weitgehende Integration in vorhandene Strukturen, um für PatientInnen und KollegInnen das maximal Mögliche zu gewährleisten. Ich glaube nicht daran, dass auf Dauer Menschen bereit sein werden teure Ausbildungen zu absolvieren ohne einigermaßen entsprechende Verdienstmöglichkeiten und ich glaube nicht daran, dass PatientInnen etwas gewinnen können, wenn wir unsere Kooperation verweigern und mit denen, die „auf der anderen Seite“ unsere Kooperationspartner sind, nicht professionell reden – auch wenn sie ihre Machtspiele spielen. Sie betrachten Verhandlungen sportlich als Match – das könnten wir von ihnen lernen.

Meiner Meinung nach könnte Psychotherapie ihre kritische Distanz (und Loyalität) zur Gesellschaft grundsätzlicher ausdrücken und ohne dass das womöglich unmittelbare negative Folgen für PatientInnen hat, denn ich halte uns nicht für berechtigt, um bestimmter Grundsätze willen die psychotherapeutische Versorgung derer zu gefährden, die sie jetzt erhalten, auch wenn es bei Weitem nicht alle sind, die sie brauchen würden.

Psychotherapie sollte ihre Expertise offensiver und lauter zur Verfügung stellen. Wir wissen sehr viel, was Andere nicht wissen. Wir sind ExpertInnen für die „Seele“ und für die gesellschaftlichen Zustände, die sie gedeihen oder verkümmern und krank werden lässt. Wir wissen, dass unsere heutige Gesellschaft krank ist und die Strategien, die unsere Politiker finden, untauglich sind die Probleme zu lösen, die unübersehbar sind. Warum äußern wir uns nicht?

Wir wissen z.B.:

- dass Einsparungen im Rahmen der Jugendwohlfahrt und im Erziehungssystem volkswirtschaftlich kontraproduktiv sind, weil sie zu späteren höheren Ausgaben im Justizwesen, im Gesundheitssystem, in der Arbeitslosenversicherung, etc. führen – und wir haben Theorien dazu und wissen warum.
- dass die Gesetze im Flüchtlingswesen, die Flüchtlingen Beschäftigung verbieten, dazu führt, dass Traumatisierte durch Nichtstun, Sinnlosigkeit, Gefühle des Zu-Nichts-Nütze-Seins, des Nicht-Willkommen-Seins zusätzlich belastet werden – und wir haben Theorien dazu und wissen warum.
- dass fundamentalistische Einstellungen durch mangelnde Perspektiven, Unwissenheit und Verunsicherung gedeihen – und wir haben Theorien dazu und wissen warum.

Manche werden vielleicht meinen Artikel im Herbst-Feedback gelesen haben – ich habe versucht aufzuzeigen, welche gesellschaftlichen Bedingungen dazu führen, dass Spiritualität/Religion wieder wichtiger wird, und die Differenz zu Psychotherapie aufzuzeigen, die man beachten sollte. Psychotherapie als gesellschaftliche Institution, die im „Diesseits“ operiert, hat die Aufgabe die gesellschaftlichen Verhältnisse analysieren und aufzeigen, die krank machen, und nicht „Notausgänge“ in jenseitige Welten anzubieten.

Um Missverständnissen vorzubeugen: ich habe nichts gegen Spiritualität. Ein positiver religiös-spiritueller Standpunkt ist ein protektiver Faktor für psychische Gesundheit – auch wenn destruktive Aspekte in praktisch jeder spirituellen/religiösen Konzeption vorhanden sind. Alles kann missbraucht werden, alles kann ins Gegenteil von gut und förderlich umschlagen - auch spirituelle Wege.

Ich halte die Abgrenzungsrichtlinie des Psychotherapiebeirats für ziemlich unerleuchtet. Gut gemeint und schlecht gemacht, weil zu undifferenziert. Man kann Psychotherapie und Spiritualität nicht anhand von „Techniken“ unterscheiden nach dem Muster: keine Rituale in der Psychotherapie, weil die sind spirituell. So einfach ist es nicht. Und dennoch ist die Unterscheidung wichtig. Ob man das mit getrennten unverlinkten Websites machen muss, kann man diskutieren. Aber dass im psychotherapeutischen Feld viele Durcheinander herrscht, ist unbestritten und nicht unbedingt zum Nutzen der Hilfesuchenden.

Es geht bei der Unterscheidung um den Deutungsrahmen. Das „Zeugenbewusstsein“ z.B., das in buddhistischen Ansätzen zur Entidentifizierung und damit zur Befreiung vom Leiden führen soll, das aus der Anhaftung an die Welt besteht, ist in Psychotherapien ein gutes Konzept – aber eben nicht zur Befreiung von der Anhaftung an die Welt, sondern um z.B. zu üben sich nicht von traumatischen oder sonstigen heftigen Gefühlen überwältigen zu lassen. Gerade weil unsere gesellschaftliche Situation so ist, dass ein – im umfassenden Sinn – spirituelles Vakuum entstanden ist, das immer mehr Menschen mehr oder weniger verzweifelt versuchen zu füllen, muss Psychotherapie bei „ihren Leisten“ bleiben und darf dieses Bedürfnis nicht ausbeuten.

Unsere heutige Situation als westliche Menschen ist gekennzeichnet durch ein extrem hohes Ausmass des Auf-sich-Gestellt-Seins. Kleiner werdende Familien machen das selbstverständliche Erleben eines sozialen Zusammenhangs schwieriger. Die Mobilität, die erwartet wird und durch schwierige Arbeitsplatzsituationen gefordert ist, vertreibt Familien immer öfter über weite Distanzen. Hohe Scheidungsraten zerstören das selbstverständliche Vertrauen in die Dauerhaftigkeit und Verlässlichkeit von Beziehungen. Auch dauerhafte Freundschaften und Nachbarschaftsbeziehungen sind unter den gegebenen Bedingungen schwerer zu realisieren als früher. Bedrohlich unterstrichen wird diese soziale „Unbehaustheit“ durch eine immer fordernder und unerbittlicher erlebte Berufswelt, die keine Unterbrechung des Funktionierens duldet, in der Bedürfnisse nach sozialer Sicherheit immer weniger berücksichtigt werden.

Die über Jahrhunderte unbestrittene, Sinn und Zusammenhang stiftende Funktion der etablierten Religion – des Christentums – ist für viele (wenn nicht die meisten) Menschen nicht mehr erlebbar. Neben die soziale „Unbehaustheit“ tritt eine existenzielle. Auch auf der Ebene der Weltanschauungen ist alles mobil und unsicher geworden. Sich als Teil eines Sinngefüges zu verstehen ist obsolet. Der Mensch aber ist „verurteilt zum Sinn“. (*M. Merleau-Ponty*) Wir sind Wesen, die Bedeutung geben. Ohne Bedeutungen sind wir orientierungslos.

Die Aufgabe die eigene Existenz zu reflektieren, den eigenen Lebensweg zu entwerfen, das Leben mit Sinn zu erfüllen hat sich individualisiert und überfordert eine immer größer werdende Anzahl von Menschen. Zeitdruck, hohes Tempo, Stress,

zu hohe Forderungen bei zu wenig Unterstützung, Unsicherheit in den sozialen Beziehungen, eine von immer undurchschaubareren Technologien beherrschte Umwelt fördern Gefühle der Überforderung, der Ohnmacht, der Einsamkeit und Isolation. Die Sozialisationsbedingungen werden dadurch für die Ausbildung stabiler psychischer Strukturen schwieriger.

Warum reden und schreiben wir nicht mehr darüber,

- dass Krankheitsbilder wie Angstkrankheiten, Depressionen, Suchterkrankungen, strukturelle Störungen weitgehend hausgemacht sind?
- dass „narzisstische Problematiken“ (Selbstwertprobleme, erhöhte Kränkbarkeit, mangelnde Bereitschaft zu Rücksichtnahmen, Entwertungsbereitschaft, Rivalität, Verzweiflung bei Misserfolg, chronische Gefühle des zu kurz Kommens, ...) in der derzeitigen Organisation des Lebens sprunghaft zunehmen? – und dass man die zunehmende Gewaltbereitschaft auch von dieser Seite her sehen kann und muss
- dass gesellschaftlich gesehen Verhaltensweisen abnehmen, die den Selbstwert stützen, früher unter dem Sammelbegriff „Höflichkeit“ gelehrt und gelernt wurden und ganz nebenbei das Gefühl stärkten wahrgenommen und beachtet zu werden?

Strukturelle Schädigungen nehmen zu und gleichzeitig die Sehnsucht danach geheilt – heil - zu werden. Auf viele verzweifelte Fragen können wir *als Psychotherapeut* keine Antwort geben. Strukturelle Schädigungen sind existenziell, sie betreffen menschliche Grundfragen: Darf ich auf der Welt sein? Darf ich ich selber sein? Bin ich den Anderen wichtig? Werde ich gesehen, verstanden, geliebt? Hat mein Leben einen Sinn? Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist nicht beantwortbar. Sie verschwindet, wenn das Leben glückt. Gibt es ein wahres Leben im falschen? Bedingungen zu entwerfen und einzufordern, die ein geglücktes Leben möglich machen, gehört zu unseren Aufgaben

Eine der Modediagnosen der letzten Jahre ist Burn-out. Das Krankheitsbild zeigt genau, worum es geht: Wir brennen aus – individuell, gesellschaftlich, ökologisch. Dies führt zu einer notwendigen Gegenbewegung, die auf Rückzug, Verinnerlichung, anstrengungsloses „Chill out“, Versorgtwerden und nährnde „Anwendungen“ ausgerichtet ist. Eine Überbeanspruchung der expansiven, progressiven menschlichen Kräfte muss zu einem Bedürfnis nach Regression führen.

Wohin mit all den unerfüllten – berechtigten – Bedürfnissen nach Unterstützung, Versorgtwerden, Halt, Trost, Beistand etc., die aus der Biographie mitgebracht und in der postmodernen Gesellschaft nicht beantwortet werden – und in der Psychotherapie nicht „geheilt“ werden können, weil sie zutiefst menschlich sind? Hier ist unsere Theoriebildung gefordert. Alle theoretischen Versuche den Menschen auf ein rationales, autonomes Subjekt zu reduzieren und seine ursprüngliche Bezogenheit und Leiblichkeit zu missachten, müssen zurückgewiesen werden. Wir sind Anwälte der menschlichen Verfasstheit, deren Integrität intakte Beziehungen und eine intakte Umwelt voraussetzt und fordert.

Die zunehmende Technisierung und Virtualisierung unserer Umwelt führt zu einer Verarmung von Erfahrungsmöglichkeiten. Wir bewegen uns in künstlichen Welten, die durchgestylt, elektronisch überwacht und vor zu viel „Natur“ gesichert sind. Dementsprechend werden auf der anderen Seite Naturparks und Erlebniswelten errichtet, die vornehmlich kommerziell ausgerichtet sind, und unter der Devise „Hauptsache, man hat Spass“ über die Erlebnisarmut, die in den künstlichen Welten herrscht, hinweg manipulieren. Die vielen Rundfunk- und Fernsehsender geben mit ihren unermüdlichen Versuchen irgendwelche Nichtereignisse unter beträchtlichem Aufwand an Überdrehtheit zu „Hypes“ aufzublasen einen beklemmenden Eindruck davon, wie viel Mühe es inzwischen kostet den Anschein von lebendigem, bedeutungsvollem Erleben aufrecht zu erhalten. In dieser Wüste steigt der Durst nach sinn- und bedeutungsvoller Erfahrung, nach Berührtsein von Ereignissen und Situationen, nach Erlebnissen, die nährend und bereichernd sind. Gerade GestalttherapeutInnen, die ihre Methode als erfahrungszentriert beschreiben, hätten viele Gründe sich mit diesem Aspekt unserer Welt auseinanderzusetzen.

Zunehmende Emanzipation und Freiheit führen zu mehr Selbstverantwortung und Entscheidungsdruck bei gleichzeitiger Minimierung von Orientierungshilfen. Besinnung auf das Eigene wird zu einer unabdingbaren Forderung: *eigene* Werte, *eigene* Vorstellungen, *eigene* Pläne, *eigene* Bedürfnisse. „Das ist nicht meines“ ist eine typische Formulierung für diese Verfasstheit.

Die Expansion der systemischen Richtung - aber nicht nur dieser - innerhalb des psychotherapeutischen Feldes, die sich auf dem Gebiet der Erkenntnistheorie auf den Konstruktivismus beruft, brachte eine Welle der Verunsicherung. Wenn nichts ist, wie

es scheint – worauf soll man sich dann verlassen? Die Antwort, die geliefert wurde, war sinngemäß, dass der wirklich „reife“ Mensch sich dieser grundsätzlichen Unsicherheit bewusst ist, sie heroisch erträgt und sich daran orientiert, ob etwas funktioniert oder nicht.

Wir haben uns zu fragen, ob wir nicht durch unsere Ideologien an der extremen Individualisierung in unserer Gesellschaft mitgearbeitet haben und längst offensiver gegensteuern müssten – z.B. indem wir – ganz kleines Beispiel – offensiv auf die gesellschaftspolitischen Aspekte von Gruppentherapie hinweisen – gerade als und im ÖAGG.

Ich bin jemand, die an die Macht des Denkens glaubt: Sind die Verhältnisse in den Köpfen verändert, hält die Wirklichkeit nicht stand. Wir haben die Möglichkeit nachzudenken, über das zu sprechen, was wir wissen, und dieses Wissen zur Verfügung zu stellen.

Danke für eure Aufmerksamkeit!