

Struktur und Funktionieren von Psychotherapie

Eine psychologische Analyse

Werner Mikus

Notwendige Reflexionen über eine Profession

Das Kind einer neuen Wissenschaft

Wir können in der Psychotherapie eine psychologische Profession sehen, die sich als Umsetzung eines neuen Verständnisses von Psyche in den letzten 100 Jahren entwickelt hat. Angeregt durch die Erfolge in den Naturwissenschaften hatte sich die menschliche Neugier zu Beginn des 20sten Jahrhunderts jetzt auch der Dinge angenommen, die bis dahin unter Stichworten wie Seele, Psyche, Charakter oder Persönlichkeit untergebracht waren oder auch unter solchen Begriffen wie die Wahrnehmung, der Wille, das Gefühl und der Verstand. Es entstand eine neue Wissenschaft, die bereit war, dem Seelischen eine eigene Natur zuzubilligen. Dabei entwickelte sich ein Bild vom Seelischen, das tatsächlich eine eigene Natur zu entdecken und herauszustellen begann. Die psychischen Zusammenhänge zeigen uns, dass sie eigenen Gesetzen folgen, Gesetzen, die sich nicht einfach aus der Biologie, oder Physiologie ableiten. Die neue Wissenschaft hatte die Eigengesetzlichkeit des Seelischen zu ihrem Gegenstand gemacht.

Und so entstand sehr bald ein neues Bild vom so genannten Seelischen. Dieses Bild hatte von Anfang an viele Fassetten. Und in jeder derselben findet ein Bruch mit den bisherigen Vorstellungen vom Seelischen statt, und das heißt auch mit ihren Zwängen und Bevormundungen. Die verschiedenen psychologischen und psychotherapeutischen Schulen, die sich parallel dazu entwickelt haben, spiegeln die Kraft und den Variantenreichtum des sich verändernden Seelenbegriffes sehr gut wieder:

- Vieles, was vorher als „gottgegeben“ im Sinne eines Talent oder auch im Sinne eines unglücklichen Schicksals hingenommen werden musste, kann plötzlich als erlernbar und im störenden Falle auch als wieder erlernbar angesehen werden (Lerntheorien, Verhaltenstherapie).

- Die „göttliche“ Eingebung kann als eine Art „Aha-Erlebnis“ oder Schließung innerhalb eines Gestaltbildungsprozesses verstanden und somit auch den Tieren (Affen) zugestanden werden (Gestaltpsychologie, Systemische Psychologie).

- Ambivalente Verhältnisse, die wir bisher glaubten überwinden zu müssen, wollen als unaufhebbar anerkannt werden und rächen sich, wenn wir dem zuwiderhandeln (Tiefenpsychologie, Psychoanalyse).

- Zwänge und Besessenheiten werden nicht mehr nach dem Modell einer Fremdeinwirkung verstanden, sondern als Verselbständigung von Freud-/Leiderfahrungen, die sonst als Orientierungshilfen im Dienste der Entwicklung stehen (Humanistische Psychologie, Bildanalytische Psychologie).

Die neue Profession und die Medizin

Das neue Verständnis vom Seelischen begann schnell, sich in Form von verschiedenen psychologischen Professionen „institutionell“ umzusetzen, so z.B. in der Gerichtsbegutachtung, in Coaching und Prozessberatung, im Marketing oder auch in der Psychotherapie. Die Psychotherapie kann hierbei als die prominenteste wissenschaftspraktische Umsetzung dieser Art angesehen werden. Das, was in einer Psychotherapie wie auch in den anderen psychologischen Pro-

**Die Wissenschaft nötigt
uns, den Glauben an
einfache Kausalitäten
aufzugeben.
(Friedrich Nietzsche)**

fessionen wirkt, ist dieses neue Verständnis und Wissen von den besonderen Gesetzen und Zusammenhängen des Erlebens und Verhaltens - wie man das Psychische oder Seelische heute häufiger nennt.

Mit der Psychotherapie wurde und wird die Psychologie nun auch im Bereich der Krankenversorgung aktiv. Auf diesem Gebiet herrschen aber die Regeln einer anderen Wissenschaft, nämlich die Regeln der Medizin, welche diesen Bereich schon seit Jahrhunderten versorgt. Die Interessen einer psychologischen Profession treffen hier auf die Interessen einer Wissenschaft, die sich in diesem Bereich wie ein Gesetzgeber eingerichtet hat.

Die Psychotherapie muss sich in dieser Lage auf das Eigene besinnen. Sie muss damit beginnen, sich nach ihrer eigenen „Seele“ zu fragen. Tut sie das nicht, besteht die ernste Gefahr, dass sie entweder die Wahrnehmung ihrer Aufgaben und Chancen innerhalb der Krankenversorgung versäumt, oder im anderen Falle den Kontakt zum Eigenen verliert.

Das Eigene verbindet und verpflichtet

Für eine solche Zuwendung zur eigenen Sache möchte ich werben. Hierzu werde ich im Folgenden eine Modellbeschreibung vorstellen, die aufzeigt, dass die Psychotherapie etwas hat, das ihr Funktionieren schulenübergreifend kennzeichnet. Dabei geht es um eine Beschreibung, die nicht nur auf gemeinsame Züge oder Wirkungsdimensionen abhebt, sondern vielmehr auf inhaltliche Zusammenhänge, die uns wie in einer Konstruktion das Funktionieren nachvollziehbar machen. Ich möchte die Psychotherapie dazu „versuchen“, ernsthaft nach einem strukturellen Modell zu forschen, das das psychotherapeutische Tun bei aller schulischen Verschiedenheit auf ihr gemeinsames Funktionieren hin beschreibt. Mit einer Modellskizze möchte ich den Anstoß geben. Zusätzlich werde ich durch das Gleichnis eines Märchens eine Veranschaulichung zu meinem Entwurf geben, die den strukturellen Zusammenhang von

seiner sinnlich-dynamischen Seite her deutlich macht.

Eine Psychotherapie muss sich auch abgrenzen können von Formen, in welchen es um Dinge geht, die weniger in ihrer eigenen Natur liegen, die aber aus anderen Gründen vielleicht ebenfalls Psychotherapie genannt werden können. „Neben“ der psychologischen Profession existiert auch eine medizinische Fachdisziplin, die sich auf den Namen der Psychotherapie beruft. Sie hat im Laufe der Jahre einige Verfahrensweisen, die der psychologischen Forschung entstammen, adaptiert und medizinisch in das eigene Fach integriert. Beide Formen begegnen sich auf dem Gebiet der Krankenversorgung mit unterschiedlichen Haltungen dem Kranksein und dem Heilen gegenüber.

Die Psychotherapie, welche als psychologische Profession im Arbeitsbereich der Krankenversorgung neu ist und nicht, wie die Medizin, eine Jahrhunderte alte Anbindung hat, muss, wenn sie ihr Eigenes in diesem Bereich geben will, ein Interesse daran haben, nicht verwechselt zu werden mit einer Psychotherapie als medizinischer Fachdisziplin. Sie muss sich ihr gegenüber vielmehr wie das Hauptbild zu einem Nebenbild ins Verhältnis setzen. Auf diese besondere Beziehung werde ich an anderer Stelle noch ausführlicher eingehen.

Entwirrung der geltenden Begrifflichkeit

Wegen der verwirrenden Begriffsverhältnisse, die zurzeit im Bereich der Psychotherapie herrschen, möchte ich noch einmal zusammenfassend klarstellen: Die Psychotherapie als eine psychologische Profession existiert innerhalb und außerhalb der Krankenversorgung. Sie ist überall da gefragt, wo Veränderungsspielräume aufgesucht und hergestellt werden sollen. Wenn sie innerhalb der Krankenversorgung in Aktion tritt, trifft sie auf einen Mitbewerber, der gleichsam schon vor Ort ist: Sie trifft auf eine Form von Psychotherapie, welche sich als medizinische Fachdisziplin organisiert hat. Von der Sache her un-

terscheiden sich beide Formen vor allen Dingen durch ihr unterschiedliches Verstehen von Krankheit. Hierzu muss an anderer Stelle ausführlicher eingegangen werden.

Die Berufsbezeichnungen Psychologischer Psychotherapeut und Ärztlicher Psychotherapeut, die in Deutschland zuletzt durch das Psychotherapeutengesetz mit Blick auf die Krankenversorgung eingeführt worden sind, unterscheiden die ausgeübte Tätigkeit dagegen überhaupt nicht. Sie erlauben lediglich eine Unterscheidung vom beruflichen Werdegang her: Der eine hat nämlich ein medizinisches Studium absolviert. Die psychotherapeutischen Weiterbildungen, die im Anschluss daran zur Wahl stehen, sind für beide Gruppen gleich.

Was vielmehr in der Sache unterscheiden hilft, scheint mir die Haltung zu sein, in der ein psychotherapeutisch Ausgebildeter arbeitet und zwar innerhalb wie außerhalb der Krankenversorgung: Geht er mit der Haltung einer psychologischen Profession zu Werke - und das ist dem ärztlichen wie dem psychologischen Psychotherapeuten gleichermaßen möglich - oder arbeitet er mit dem Selbstverständnis einer medizinischen Fachdisziplin? Versteht er seine Arbeit als die vorübergehende Einrichtung einer Zwischenwelt, die sich für den Klienten und eine gemeinsame Erfahrung mit ihm öffnet, oder versteht er seine Arbeit vor allen Dingen als ein gezieltes und unmittelbares Einwirken auf seinen Patienten (Interventionen, „Inputs“)?

Die „Seele“ einer Psychotherapie – Entwurf

Wenden wir uns nun der eigentlichen Frage zu, der Frage nach dem Funktionieren einer Psychotherapie: Wie greift das eine ins andere, bzw. wie und warum tut es das und mit welchem Erfolg? Hierzu möchte ich zunächst in sechs Stichworten auf die strukturellen Elemente einer Psychotherapie eingehen, bevor ich in einem weiteren Kapitel auf die verschiedenen Entwicklungspositionen innerhalb eines

Therapieverlaufs mithilfe eines Märchengleichnisses eingehe.

Die strukturellen Elemente des Funktionierens

1. Bühne für kontextübergreifende Muster

Stellen wir uns die Psychotherapie als eine Veranstaltung vor, in der, wie auf einer Bühne ein „Problemstück“ aufgeführt wird. Das ist ein „Stück“ aus dem Leben unseres Therapiefalls. Die Bühne müssen wir uns dabei allerdings etwas weniger dinglich als die eines realen Theaters vorstellen. Sie besteht in einem weit weniger klar fassbaren Medium, denn sie meint das Ganze der gemeinsamen therapeutischen Arbeitsbeziehung und bezieht dabei alle hierzu gehörenden Verhältnisse mit ein – also nicht nur die rein zwischenmenschlichen Dinge: Wenn der Klient bei bestimmten Themen Berührungspunkte hat, zeigt sich darin ja auch ein Verhältnis zu einer Sache. Es geht also in einer Arbeitsbeziehung nicht nur um die Beziehungen, die zwischen einem Ich und einem Du bestehen, sondern eben auch um Beziehungen zu Inhalten, Festlegungen und Verpflichtungen, die zu beachten sind.

2. Der Therapeut als „Mit“spielender

In diesen vielfältigen Beziehungen stellen sich Muster dar, die wir als kontextübergreifend ansehen können. Sie wirken auch in anderen Zusammenhängen, also im Leben des Klienten außerhalb der Therapiesitzung und zurückliegend auch in früheren Zeiten seiner Entwicklung. Beim Wirksamwerden dieser Muster in der „gemeinsamen Arbeitsbeziehung“ sind auch psychische Anteile des Therapeuten beteiligt. Das ist im Wesentlichen auch der Grund dafür, dass sich auf der so genannten Therapiebühne einerseits ein vertrautes Problemstück gleichsam wiederholt und nicht wiederholt: Es weist nämlich an den Stellen Veränderungsspielräume auf, an denen es dem Therapiefall außerhalb der Psychotherapie nicht gelingt, diese für sich wahrzunehmen. Hier gelingt das

aber, und zwar deshalb, weil die psychischen Anteile des Therapeuten mit im Spiel sind. Die Haltung des Therapeuten erlaubt ihm, das reine Muster nicht einfach nur mitzuagieren, sie lässt stattdessen Veränderungsspielräume erfahrbar werden.

Das Medium der gemeinsamen Arbeit und die psychischen Anteile des Therapeuten nutzend kommt es zu einer Aufführung emotional bedeutsamer und bestimmender Muster aus der Lebenswirklichkeit des Therapiealles. Der Psychotherapeut hat durch ständige Übersetzungsarbeit dafür zu sorgen, dass es auch tatsächlich das Problemstück des Falles ist, was sich zur Aufführung bringt und nicht etwa sein eigenes oder das Stück einer Institution oder ähnliches.

3. Die beziehungsstrukturelle Perspektive

Im Vordergrund einer Psychotherapie sehen wir, wie der Klient und der Therapeut sich auf bestimmte Themen einlassen, über die sie sich, wenn es die Situation erfordert, jederzeit übereinstimmend im Sinne einer Überschrift z.B. verständigen könnten. Es findet in einer Psychotherapie also zunächst einmal eine vordergründig zu nennende Behandlung irgendwelcher Themen statt. Das gilt sogar für den Fall, dass der Klient ausschließlich frei assoziiert, denn auch in diesem Falle bilden sich inhaltliche Linien und Themen im oben gesagten Sinne aus. Es findet hierbei aber auch ein beziehungsstrukturelles Geschehen statt. Dabei geht es um Vorgänge, die wir meist erst um einiges später verstehen und thematisch zutreffend benennen können. Was in dieser Art von Zusammenhängen geschieht, entscheidet aber darüber, ob und welche Fortschritte in einer Psychotherapie möglich sind und/oder vielleicht gerade gemacht werden.

Das will ich an einem Beispiel erläutern: Inhaltlich könnte es in einer Sitzung z.B. gerade um eine sachliche Aufklärung gehen. Beziehungsstrukturell kann es zur gleichen Zeit aber um etwas anderes gehen: Vielleicht will der Klient einmal sehen, wie eng

oder weit sein Psychotherapeut die Regeln auslegt, die er ihm vorab erklärt hat. Der Klient führt also eine Art Test mit ihm durch: Kann der Therapeut auch mal ein Stück von der Linie abweichen, so wie er es von einem souveränen Partner, den er respektieren kann, unbedingt erwartet? Und so legt er es hiermit vielleicht auf eine tröstende und sich einlassende Antwort des Therapeuten an. Wenn der Therapeut das bemerkt, wird er sich fragen müssen, ob er die gewünschte Antwort oder Tröstung in diesem Fall auch einmal gegen die Regeln geben kann. Vielleicht sieht er ja, wie in einem größeren Kontext (beziehungsstrukturell also) der Klient mit diesem Test versucht, ein ernsthafteres Einlassen auf die Therapie vorzubereiten, frei nach dem Motto: Erst testen und dann vertrauen. In diesem Falle wäre das Abweichen des Therapeuten von seiner regulären Reaktionsweise durchaus angebracht. Das Wissen um das Besondere dieser Entscheidung muss und wird sich dabei sicherlich mit zum Ausdruck bringen.

In einer Psychotherapie versuchen wir den gelebten Augenblick freizubekommen von der Gewalt der sich übertragenden Muster. Die eigenen Muster versuchen sich durchzusetzen und sind sehr geübt darin. Sie nehmen oft keine große Rücksicht auf das, was von der Sache her vielleicht gerade angebracht ist. Die gemeinsame Arbeit wird in diesem Sinne zu einer experimentellen Bühne. Die Realität auf dieser Bühne folgt der gelebten Wirklichkeit des Falles und hat zugleich auch eine experimentierende und vom Therapeuten mitgetragene Form. Was sich in der gemeinsamen Arbeit dabei wie ein Muster wiederholt, ist zunächst einmal nur auf den Kontext des therapeutischen Geschehens zu beziehen. Denn, ob wir es darüber hinaus auch schon mit einem kontextübergreifenden und lebensbestimmenden Muster des Klienten zu tun haben, wissen wir noch nicht sofort. Wir können es aber rückwärts erschließen, wenn sich das vermutete Muster mit den Erzählungen, Erinnerungen und den verschiedenen Hinweisen aus den freien Einfällen, die sich auf das Vergangene aber auch auf das aktuelle Ge-

schehen außerhalb der Therapie beziehen, stimmig und dicht zur Deckung bringen lässt.

4. Veränderungsspielräume herstellen

Wir nutzen bei diesem Vorgehen bereits einen Spielraum, der in den gelebten Zusammenhängen außerhalb der Therapie nur sehr bedingt vorhanden ist: Wir haben in der Therapie ja nur eine Miniatur der bewegenden Verhältnisse vor uns. Ein großer Teil der ganzen therapeutischen Kunst besteht in der Umdimensionierung der wirkenden Kräfte, welche in einem leidend gewordenen Lebenssystem ihre zwanghafte Macht entwickeln wollen - in ein „gemäßigtes“ Spiel auf der Bühne einer therapeutischen Arbeitsbeziehung. Die so genannte analytische Abstinenz macht von daher einen Sinn. Der Therapeut versucht, alle zu persönlichen Dinge aus dem Austausch mit dem Klienten herauszuhalten, um eine Art künstliche Spaltung zwischen der tatsächlichen und der bühnenhaft therapeutischen Welt aufrechterhalten zu können.

Die Erzählungen des Klienten, seine Erinnerungen und Einfälle geben Hinweise auf bedeutsame Zusammenhänge. Diese sind aber immer schon zurechtgemacht im Sinne einer gelebten Methode und somit vielleicht auch irreführend. Die kontextübergreifenden Muster, die sich in dem psychotherapeutischen Geschehen selbst zur Aufführung bringen, haben für den Therapeuten dagegen eine große Unmittelbarkeit und eine besondere Dichte. Er muss nur immer wieder mithilfe der Erzählungen und Erinnerungen des Klienten prüfen, ob das betreffende Muster tatsächlich auch schon in anderen Lebenszusammenhängen wirksam geworden ist.

5. Transportabelmachen der neuen Erfahrung

Wenn der Klient oder Patient auf diese Weise zu spüren beginnt, was in seinen Entwicklungen an Möglichkeiten eingeschlossen und bisher zu kurz gekommenen ist, erweitert sich sein Sehen. Er bleibt zunächst dabei noch

abhängig von dem mithelfenden Psychotherapeuten. Denn ohne die besondere Art seines Mitspielens bei der Erkundung von Veränderungsspielräumen gelänge es ihm nicht. Aus diesem Grunde spielt die Vorbereitung auf ein „Alleinekönnen“ eine wesentliche Rolle in der Psychotherapie. Der Klient oder Patient muss sich dafür rüsten, auch ohne die Mithilfe des Therapeuten seine neu entdeckten Veränderungsspielräume wahrnehmen zu können. Hierzu hilft es, die neuen Erfahrungen transportabel und gleichsam mitnehmbar zu machen. Ein Schlüsselerlebnis, ein Gleichnis, ein dynamisches Bild, so wie wir es in den Märchen, den Mythen oder Sagen finden, könnte das Medium sein, in welches hinein sich die zentrale Erfahrung des Klienten zum Ende hin verdichtet. Der Psychotherapeut wird mit auf die Suche gehen nach einem solchen vereinheitlichenden Bild. Und wenn das Gleichnis gefunden ist, kann er dem Klienten dabei helfen, das gefundene Bild als Übersetzung seiner neuen Erfahrung auch ausreichend zu erproben. Eine geplante Therapie-nachbesprechung, die vielleicht für ein halbes Jahr nach der letzten Stunde vereinbart wird, kann die Bedeutung des Transportieren-Könnens der neuen Erfahrung unterstreichen, weil dem Klienten auf diese Weise eine Überprüfung des selbständig gewordenen Umgangs mit dem Bild angeboten werden kann.

6. Therapieende als Wiederholung und Prüfstein

Das Ende einer Psychotherapie ist von einer ganz besonderen Bedeutung für die Weiterwirkung des neu erworbenen strukturellen „Wissens“. Denn auch Trennungen sind strukturelle Gleichnisse und folgen dem einen oder anderen Muster. Stellen wir uns vor, ein Klient hat besondere Schwierigkeiten damit, am Ende einer Entwicklung stark zu werden, und mit einem Erfolg dazustehen. Er glaubt, dass er dafür immer mit einem Verlassenwerden bestraft werde. Und darin hat er bisher auch immer Recht bekommen: Er versucht nämlich vorbeugend seinen Erfolg, sobald es auf ein Ende zugeht, herunterzuspielen,

und zwar über eine Kritik am Ganzen der betreffenden „Veranstaltung“. Natürlich fühlen sich die Mitbeteiligten auf diese Weise ebenfalls abgewertet und weil die Kritik außerdem auf einem sehr hohen Niveau stattfindet, kann der Eindruck entstehen, dass diejenigen, die sich jetzt von ihm abwenden, ihn tatsächlich seiner besonderen Fähigkeiten und erworbenen Stärke wegen verlassen.

Natürlich wird ein solches Muster versuchen, sich auch auf das nahende Ende einer Psychotherapie zu übertragen. Dazu ist das therapeutische Geschehen auch da: als Bühne für die gelebten Muster. Es kommt jetzt nur darauf an, dass die bereits in der Therapie erfahrenen Veränderungsspielräume auch mit in den Blick geraten. Der Therapeut wäre in dem geschilderten Falle ganz besonders gefordert, weil in dem Beispiel auch seine therapeutische Leistung durch die Methode des Klienten in eine „Abwertung“ gerät.

Wenn der Klient den Trick des Rechtbehaltens in seiner Methode schon verstanden hat, so ist er auch in der Lage, noch einen Schritt weiter zu gehen und zu verstehen, dass es ihm wahrscheinlich um etwas anderes geht, als um die Vorbeugung gegen ein Verlassenwerden. Er will vielleicht das eigene, neue Stärkegefühl nicht wirklich schon auf die Probe stellen und lieber in dem schönen Gefühl eines potentiellen Könnens verbleiben dürfen. Das Ende einer Therapie will aber auf etwas anderes hinaus. Wenn der Klient zusammen mit seinem Therapeuten zum Abschluss einer Therapie hin diese Wendung sehen kann, so ist ein weiteres Stück Veränderungsspielraum gewonnen. Vielleicht ist er stolz darauf, diese schwächere Seite an sich sehen zu können - von der seine Methode „so gut“ abgelenkt hat - und fühlt sich jetzt reifer und vielleicht wirklich ein Stück gewachsen.

Das anstehende Ende einer Therapie bietet also die Möglichkeit zur Entfaltung eines Problemszenarios mit allen darin enthaltenen Zwängen und Veränderungsspielräumen. Der Therapeut muss darauf achten, dass die

strukturelle neue Erfahrung, die der Klient in der Therapie bereits gemacht hat, in dem Beendigungs-Szenario wiederentdeckt und genutzt werden kann. Keineswegs aber darf an dieser symbolträchtigen Stelle eine Erfahrung stehen, die das neue Wissen wieder zurücknimmt oder relativiert. Die Art und Weise der Aufhebung der gemeinsamen Zwischenwelt einer Therapie ist in seiner Form und Inhaltlichkeit sehr wichtig. Es muss in ihr noch einmal auf das besondere Problem des Klienten eingegangen werden. Denn nur so kann der Übergang von der doppelten Welt des Klienten (aus der Alltagswelt und der therapeutischen Zwischenwelt bestehend) hinüber in die Welt ohne Therapie erfolgreich gelingen.

Ich fasse zusammen: Die Psychotherapie ist ein psychologisches Verfahren. Im Wesentlichen geht es darum, Veränderungsspielräume herzustellen und weniger darum, ein funktionierendes Ganzes zu entstoren. Methodisch geschieht das in dem beziehungsstrukturellen Rahmen des psychotherapeutischen Geschehens und in seinen verschiedensten Akzentsetzungen, weniger über die Wirkung einzelner Interventionen oder über den Transfer eines Mehr- oder Besserwissens.

Soweit die Psychotherapie als Psychologische Profession auftritt, weist sie ein bestimmtes schulenübergreifendes Funktionieren auf, so wie ich es versucht habe, mithilfe der sechs strukturellen Elemente in meinem Entwurf darzustellen. Im Folgenden möchte ich die genannten strukturellen Überlegungen noch einmal in dem Bild eines Märchens überprüfen und zur Veranschaulichung bringen.

Strukturelle Verdichtung im Bild eines Märchens

Wir werden sehen, dass sich das Funktionieren einer Psychotherapie auch in die Form eines „sinnlich-dynamischen“ Gleichnisses übersetzen und sich so noch einmal mit Gewinn auf eine andere Art und Weise beschreiben lässt. Das besagte Gleichnis, das der Inhaltlichkeit und Kom-

Märchen kann man in seinem Leben zweimal lesen. Zuerst einfältig, als Kind ...

plexität der behandelten Sache gerecht wird, finden wir in einem Märchen wieder, konkret in dem Märchen „Der gestiefelte Kater“.

In Deutschland kennt man es aus der Grimmschen Kinder- und Hausmärchensammlung. Die Fassung der Gebrüder Grimm (1812) geht zurück auf einen Stoff von Charles Perrault, aus dem französischen Märchenbuch *Contes de ma mère L'Oye* (1697). Das Märchen ist durch eine junge Erzählerin, die es aus ihrem französischsprachigen Elternhaus kannte, zu den Gebrüdern Grimm gelangt. Was den folgenden Hergang der Geschichte betrifft, sind sich beide Versionen gleich:

Nach dem Tod des Müllers muss der jüngste Sohn sich mit einem Kater als Erbe zufrieden geben. Der Kater bietet den Jungen, ein paar Stiefel für ihn anfertigen zu lassen und bringt wie im Gegenzug mit viel Schläue und Tricks ein paar nützliche Dinge für den Müllersohn in Gang. Der darf sich zunächst viele Dienste des Katers einfach nur gefallen lassen, muss sich dann aber auch irgendwann einmal nackt in einen See stellen. Am Ende erhält er durch das kluge Treiben des Katers, auf das er sich einlässt, nicht nur den interessierten Blick einer Prinzessin und das Schloss sowie die Ländereien eines überwundenen Zaubers, sondern entwickelt sich zu einem

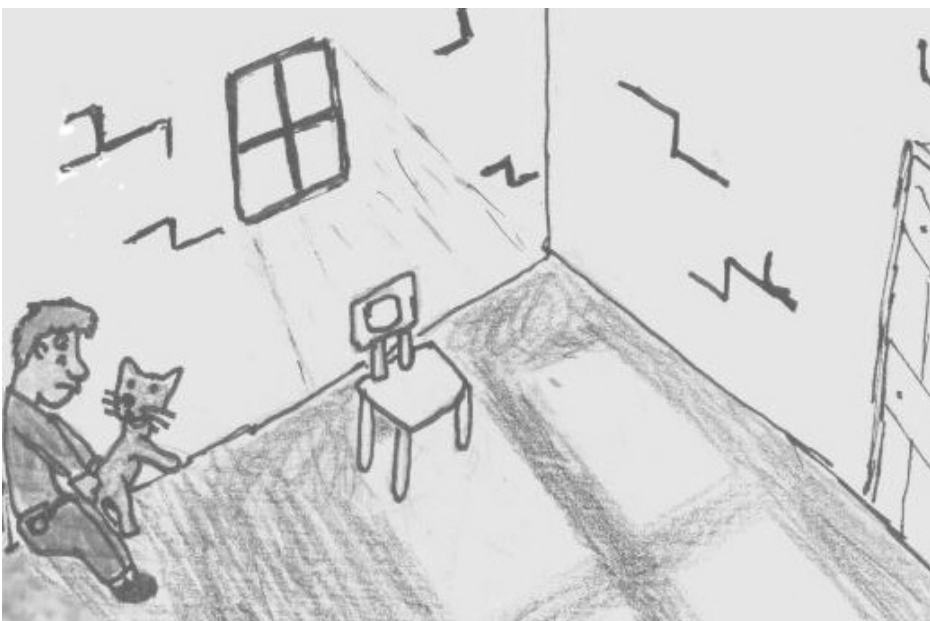
wirklichen Grafen mit Braut und Anwartschaft auf den Thron. Der Kater ist am Ende selbst ein „gemachter Mann“ und in der Grimmschen Fassung Erster Minister.

Im Folgenden möchte ich sechs Entwicklungspositionen benennen, die sich in einem Therapieverlauf zeigen. Diese können anhand des Märchens (die Grimmsche Fassung dient dabei als Grundlage, siehe S. 65) in einem inhaltlich einheitlichen Rahmen dargestellt werden.

Position 1: Den schwarzen Peter vermeiden

Die erste Position im Märchen behandelt die Erfahrung, dass ein vertrauensvolles sich Einlassen darin enden kann, plötzlich „den schwarzen Peter“ gezogen zu haben. Es gibt ja dieses Kinderkartenspiel, in dem durch gegenseitiges Ziehen von Karten Pärchen zum Ablegen gesucht werden. Unter den vielen Karten befindet sich aber auch die so genannte Schwarze-Peter-Karte. Die sollte man nach Möglichkeit nicht ziehen, auf keinen Fall aber darf man auf ihr sitzen bleiben. Das völlig unerwartete Konfrontiertsein mit einem Schwarzen Peter scheint das Bild für die Kehrseite zu sein, die zu der Lebensform eines unschuldig vertrauenden Einlassenkönigs gehört. Wahrscheinlich hat der

**... und dann, viel, viel später mit dem vollen Bewusstsein seiner Erfindung.
(Stefan Zweig)**



Bleistiftzeichnung, Stefan Mikus

Müllersohn darauf vertraut, dass ihm im Schutze der väterlichen Mühle und Geborgenheit nichts Schlimmes passieren könne und dass die Zukunft, wenn es darauf ankäme, nur Gutes für ihn bereithielte. Als der Vater stirbt, zeigt sich das besagte Verhältnis aber jetzt auch einmal von seiner Kehrseite: Er hat beim Erben nämlich als Jüngster die schlechtesten Karten (also den schwarzen Peter gezogen) und erbt nichts als den Kater, während seine älteren Brüder die für einen rechten Müllersohn passenden Dinge erhalten, wie das Unternehmen selbst, also die Mühle, und das dazugehörige Transportunternehmen, den zur Mühle gehörenden Esel.

Es kann sein, dass der Müllersohn (oder der Klient) von einem bestimmten Erlebnis an beschlossen hat (und das könnte im Falle eines Klienten schon viele Jahre zurück liegen), sich nie wieder einer bestimmten Erfahrung auszusetzen und von da an keine Karten mehr auf die Entwicklung hin ziehen zu wollen - denn dann kann ihn auch nie wieder der schwarze Peter erwischen. In diesem Falle bliebe sein Handeln aber regelrecht auf demselben sitzen. Er wäre auf das Prinzip „Pech gehabt“ fixiert. Alles würde sich von da an um das Vermeiden einer solchen Begegnung und um das vorbeugende Abwehren einer neuerlichen Erfahrung desselben drehen. Er würde versäumen, die ihm im Leben entgegenkommenden Dinge zu sehen und ihnen offen und in einer umschaffensbereiten Weise entgegenzugehen. Es ergäbe sich das Bild einer ernstzunehmenden strukturellen Einengung von Veränderungsspielräumen.

Position 2: Auftrag und dyadischer Beginn

Eine Reihe von Aufgaben übernimmt - jetzt vorübergehend jedenfalls - der Kater oder Therapeut für ihn. Aber, und das ist wichtig, er tut es nur unter der Voraussetzung, dass er auch einen Auftrag hierzu erhält. Kurz: Er bitet ihn darum, Stiefel von ihm „spendiert“ zu bekommen. Der Müllersohn, der sich darauf einlässt, gibt damit symbolisch einen Auftrag, aber einen Auftrag ohne konkrete inhaltliche Auf-

gabenstellung. Der Kater verspricht ihm lediglich etwas im Sinne der Formel: „Es solle ihm schon bald geholfen sein“. Interessant ist bei dieser Stiefelgeschichte, dass die Stiefel offenbar etwas mit der Lust- und Luxus-Seite einer Arbeit zu tun haben und mit einem besonderen Sinn fürs Praktische vielleicht. Auf jeden Fall haben sie nichts mit einer magischen Nützlichkeit zu schaffen. Sie drücken vielmehr aus, dass die lustvolle Seite des Tuns und alles, was nicht allein von der Not und ihren Abwehrmaßnahmen bestimmt ist, als ein wichtiger Anteil im Leben des Müllersohnes fehlt und jetzt durch den Kater vertreten werden soll. Der Müllersohn kann diesem Prinzip (Überschuss, Luxus) zurzeit nicht mehr dienen (außer symbolisch noch und zwar über die Hergabe des letzten Groschens für die an sich unsinnigen Stiefel), deshalb übernimmt der Kater davon etwas, also von der Seite, die zu einer kompletten seelischen Entwicklung aber unbedingt dazugehört.

Solcherart ausgestattet (also mit diesem ausdrücklichen aber offenen Auftrag) geht der Kater (Therapeut) nun an sein Werk. Wir können auch sagen, mit der Stiefelübergabe tritt eine Art Zwischenwelt in Kraft. Sie endet in dem Augenblick, indem der Müllersohn seine zukünftige Frau und Prinzessin die Treppe (im Schloss, das ehemals dem Zauberer gehörte) hinaufführt, wo die Hochzeit beschlossen wird und der Kater in das Amt eines ganz normalen Ministers (Berater) wechselt.

Bis dahin geschieht ein vielfältiges Wirken unseres Katers, das mit einer ganz bestimmten Herausforderung in der Inszenierung am See eine wichtige Wende erhält. Zunächst stellt nur der Kater sich immer wieder der Kehrseite eines Sich-vertrauensvollen-Einlassens; schenkt er dem König doch die von ihm so heiß geliebten Rebhühner. Der König hätte ja aus Egoismus oder Willkür auch anders mit ihm verfahren können: Der Kater erhält aber etwas zurückgeschenkt für seinen Herrn, dem vermeintlichen Grafen (alias Müllersohn), den er auch immer als den eigentlichen Spender der geliebten Rebhühner ausgegeben hat.

Der Kater versorgt also den Müllerburschen mit dem Goldsegen des Königs. In diesem Arrangement muss sich nicht der Müllersohn der Gefahr aussetzen, noch mal den Schwarzen Peter zu ziehen, sondern der Kater tut es für ihn. Vieles erinnert an ein sogenanntes dyadisches Verhältnis, wie es vorübergehend in den analytischen Langzeittherapien eine besondere Rolle spielt oder auch im Rahmen einer psychiatrischen Behandlung. Gleichzeitig wird von des Katers Seite aus auch noch etwas anderes vorbereitet: Bisher konnte der Müllerbursche schmolend und Mitleid erweckend die Hände in den Schoß legen und die anderen machen lassen, sich immer darauf berufend, dass er ja der „Zukurzgekommene“ sei, der mit den schlechten Karten. Aber im Laufe der Aktionen und der vertrauensbildenden Maßnahmen des Katertherapeuten werden die Grundlagen dieses „Sich-Herausreden-könnens“ immer mehr ins Wanken gebracht: Nicht nur, dass er, inzwischen mehrfach mit Gold beschenkt, sich eigentlich schon als reich empfinden könnte. Nein! Wichtiger noch: Die vertrauensbildenden Maßnahmen des Katers gepaart mit einem kleinen Nachhelfen desselben, führen den Müllersohn schlussendlich in eine Situation, in der ihm die Fluchtmöglichkeit in sein Schmol- und Meckersystem nicht mehr zur Verfügung steht: Ohne Kleider im See feststeckend und kurz darauf in den schönen Ersatzkleidern, die ihm der König bringen lässt, in der Kutsche sitzend, gibt es keine Ausflucht mehr für ihn. Am Ende sieht er sich einem interessierten Blick

der Königstochter ausgesetzt, weil ihm für einen Moment das Gewand des Zukurzgekommenen abhanden gekommen ist (der Kater hatte es ihm „abgeschwätzt“ und versteckt). Ein unverstellter Blick auf sich selbst kann stattfinden (entweder von jemand anderem, von der Prinzessin also, oder auch von seiner eigenen Person auf sich).

Position 3: Die unverstellte Begegnung als Wendepunkt

Der Kater hatte dem Müllersohn bisher vieles abgenommen. Wenn die Zeit reif ist, kann und muss er auf eine entschiedene Weise etwas Neues von ihm fordern. Der Müllersohn muss sich vertrauensvoll auf einen ihm nicht vorher dargelegten Plan des Katers einlassen (sich nackt in einen See stellen), auf dass sich daraus etwas Günstiges für ihn entwickle. Er muss sich damit der Kehrseite eines „Sich vertrauensvollen Einlassens“ endlich wieder stellen (bisher gab es so etwas ja nur symbolisch in der Form der geforderten Stiefelinvestition oder „Auftragsvergabe“).

Und was passiert nun? Zunächst einmal passiert eben das nicht, was er immer befürchtet hatte, nämlich, dass es ihn schlimm treffen werde, wenn er sich gottvertrauend auf eine offene Sache einließe (wie mit der Erbschaft). Er wird nicht das Opfer von irgend etwas Schlimmem! Er hat also nicht den Schwarzen Peter in der Hand. Das ist der eine Teil der neuen Erfahrung. Es passiert aber noch etwas Wichtigeres,



Skizze aus einer Redaktionssitzung

etwas, das für solche Übergänge typisch ist: So wie die perfekte Form des Vermeidens ihn von einem direkten Kontakt mit den Dingen abgehalten und blind gemacht hat für die Chancen darin, um so mehr müssen ihm diese Möglichkeiten jetzt ins Auge springen, nachdem er sich dem Leben wieder neu gestellt hat. Und das geschieht mit der Kraft einer Initialzündung, durch den geschenkten Blick einer Prinzessin, die offenbar an ihm Gefallen findet.

Position 4: Die neue Erfahrung kennt kein Pardon

Wenn der Klient erst einmal die Erfahrung gemacht hat, dass ihm tatsächlich nicht das erwartete Unglück widerfährt, holt ihn gleichzeitig eine andere Erfahrung ein; die Erfahrung nämlich, wie dumm er doch bisher gewesen ist. Und gerade auf diese Erfahrung muss der Therapeut ein Auge haben. Das Folgende gehört ganz wesentlich mit zu dem Funktionieren eines sich (Wieder-) Herstellens von Veränderungsspielräumen hinzu:

Der Klient muss mit einem Schlag erkennen, welch riesigen Aufwand er mit seiner Methode bisher betrieben und gleichsam „umsonst vertan“ hat. Er muss mit Erschrecken sehen, um was er sich alles selbst gebracht hat. Und das bedeutet: Dafür hätte er eigentlich Prügel verdient. Und genau diese Prügel werden jetzt an einem anderem Ort des Märchens ins Bild gesetzt: Prügel wird den Arbeitern am Wegesrand, nämlich jetzt vom Kater, angedroht für den Fall, dass sie nicht bereit sein sollten, dem vorbeifahrenden König zu sagen, dass die Felder, Wiesen und Wälder des großen Zaubers, dem Grafen (alias Müllerburschen) gehören. Der Zauberer ist ein Bild für das alles verschlingende, gestörte seelische System (die Neurose). Statt weiterhin in ein solches verschlingendes System Energie hineinzustecken, kann man doch gleich ins werdende Leben mit allen seinen Offenheiten und Risiken investieren. „Wie konnte ich nur so dumm sein?“, muss sich der Müllersohn fragen, angesichts des anerkennenden Blickes der Prinzessin, der ihm als ein Zufall geschenkt wur-

de und der nur ein Beispiel dafür ist, was ihm alles entging, während er in ein System des Schmollens seine Lebenskräfte und -zeit gesteckt hat. Diese „Gewissensprügel“ sind es, die in der brutalen Geste des Katers ins Bild gesetzt werden. Der Kater, der der königlichen Kutsche vorausseilt, hämmert den Arbeitern an den Wäldern, Feldern und Wiesen ein, dass sie ein neues Regiment zu erwarten haben und es kein Pardon und kein Zurück für sie gibt. Die harte Einsicht, eine Menge an Möglichkeiten und Chancen versäumt zu haben, „knallt“ auf den Müllersohn nieder, wie die Drohungen des Katers auf die Arbeiter gefressen oder erschlagen zu werden.

Wer einmal verstanden hat, was er wegen eines solchen „Sicherungsverhaltens“ in seinem Leben an Möglichkeiten versäumt hat, bei dem stellt sich auch schnell ein untrügliches Gefühl dafür ein, dass er sich genauso gut wieder auf die „ganz normalen“ Kehrseiten des Lebens einlassen und von dem „faulen Zauber“ lassen kann. Und in diesem Sinne rufen die Arbeiter am Weg dem König in der Kutsche zu, dass die großen Ländereien dem Grafen gehören.

Position 5: Das Fassbarmachen und Einverleiben

Aber das reicht noch nicht, wenn eine Therapie richtig laufen und erfolgreich zu Ende gebracht werden will. Diese neue Erfahrung muss noch in eine fassbare, transportierbare, man könnte auch sagen, in eine gut einverleibbare Form gebracht werden. Denn nach der Zwischenwelt einer Psychotherapie muss das Leben ja weitergehen und zwar ohne den Therapeuten. Die neue Erfahrung muss daher unbedingt die Form einer transportablen Einsicht, eines Schlüsselerlebnisses oder eines zusammenfassenden Gleichnisses erhalten - kurz - die Form einer „Maus“. Das gelebte System muss weg von dem elefanten- und löwenartig Großen (Verwandlungskünste des Zaubers) in die banale Form eines verstehbaren Zusammenhangs (Maus). Erst dann kann man irgendwann sagen, „die Sache ist gegessen“ (so wie die Maus, in die sich der Zau-

**Der Reiz der Erkenntnis wäre gering, wenn nicht auf dem Wege zu ihr so viel Scham zu überwinden wäre.
(Friedrich Nietzsche)**

berer verwandelt hat, und die am Ende vom Kater gefressen wird). Es kann sein, dass ein Schlüsselerlebnis, ein individuell passendes Märchen oder auch ein anderes komplexes Bild transportabel macht, was in der Therapie im Sinne der erworbenen Veränderungsspielräume erfahren werden konnte.

Position 6: Abschließende Verwandlung und Trennung

Das verwirrende „Groß und Klein“ des neurotischen Klage- und Erpressungssystems verliert nicht zuletzt auch durch dieses Fassbarmachen seine Macht. Das Groß und Klein, das Aufblasen und Herunterspielen tritt ab und gibt den Dingen jetzt wieder ihre ganz reale Bedeutung und Nützlichkeit zurück: Der Kater wird ganz nüchtern ein Minister, der Müllersohn heiratet die Prinzessin und übernimmt später das Reich des Königs. Das Ende einer Therapie muss die in der Therapie erlebte Veränderungserfahrung und den im Ansatz bereits neu erworbenen Veränderungsspielraum auch in der Art und Weise der Trennung noch einmal behandeln. Die Trennung vom Therapeuten/Kater macht aus beiden etwas Neues: Der Kater wird aus seiner zwischenwelthaften Helferfunktion entlassen. Als Minister steht er für Situationen bereit, in denen man einen Rat von ihm einholen möchte. Aber die Regierungsgeschäfte liegen beim ehemaligen Müllersohn. Das symbolisiert, dass auch die Form des Beendigungs einer Psychotherapie noch einmal ganz besonders auf die neu erworbene Erfahrung hin umgesetzt bzw. übersetzt und durchschaubar gemacht werden muss.

Psychotherapie in Haupt-, Neben- und Gegenbild

Isolierte statt strukturelle Erfahrung

Nachdem es uns gelungen ist, die Strukturelemente des Funktionierens einer Therapie im Bild eines Märchens zusammenzubringen, können wir uns mithilfe des Bildes auch über die mög-

lichen Fehlentwicklungen einer Psychotherapie Gedanken machen.

Veränderungen müssen in ihrer richtigen strukturellen Einbettung erfahren werden, sonst sind es keine strukturellen Neuerfahrungen sondern isolierte, die schnell wieder in das Verstehensschema einer alten Methode zurückfallen können. Das können wir uns an einem Punkt des Märchens besonders gut klarmachen. Es handelt sich dabei um eine Stelle in dem Märchen, die übrigens von vielen Lesern als unangenehm erlebt wird. Es geht darum, dass der Kater den Arbeitern unter Androhung von Gewalt den Auftrag gibt, dem vorbeifahrenden König zu erzählen, dass die Güter, auf denen sie arbeiten, alle dem Grafen gehören.

Wir haben schon gesehen, was die Strafandrohung im Bild einer positiv verlaufenden Therapie bedeuten kann: Wir können in ihr nämlich die schmerzende Einsicht eines Klienten oder Patienten sehen, der sich angesichts einer neuen und überraschenden Erfahrung klar darüber wird, sich selbst um sein Glück „betrogen“ zu haben. Die angedrohte Gewalt des Katers symbolisiert dann diesen Schmerz, der nicht von Außen, sondern gewissermaßen von Innen kommt. Die Versuchung des Lebens ist es selbst, die in der Prügelandrohung des Katers ihre Verkörperung findet:

Die Arbeiter sollen ein für alle Male von dem Zauberer lassen und die Seite wechseln, wenn ihnen ihr Leben lieb ist. Beziehen wir das wiederum auf den Klienten in einer Therapie mit seiner neuen Veränderungserfahrung, dann heißt das: Er schafft eine Entwicklung im Geiste des Neuen nur dann, wenn er den besagten Schmerz tatsächlich fühlt bzw. wenn er ihn zulässt und ihn auch im Gedächtnis behält.

Sieht eine Therapie dagegen diesen Zusammenhang in einer vergleichbaren Situation nicht, dann wird aus den Prügeldrohungen des Katers in der Übersetzung auf die Therapie schnell eine verkürzte lerntheoretische Maßnahme: Mithilfe von Strafen (mit Belohnungen wäre es natürlich auch möglich) wird eine als vernünftig erkannte

Unsere Seele bedarf der Erschütterung durch einen stechenden Schmerz oder eine lebhaft Lust.
(Marie Jeanne de Riccoboni)

Verhaltensrichtung durchzusetzen gesucht. Das würde aber nicht dazu führen, dass sich das neu Erfahrene auch in einer strukturellen Weise beim Klienten/Patienten „einschreiben“ würde. Die erfahrene Freude und der paradoxe Schmerz müssen sich vielmehr als etwas erfahren lassen, was aus ein und demselben Zusammenhang kommt. Sie dürfen nicht künstlich, wie von einer Vernunftsinstanz her, an den Betreffenden heran- und in die Sache hineingetragen werden.

Das Gegenbild einer Psychotherapie

Überhaupt kann der Kater auch als jemand gesehen werden, der dem Müllersohn die unangenehmen Dinge im Wesentlichen abnimmt und mit allem Möglichen, krumme Dinge dabei nicht auslassend, die Wirklichkeit für seinen Herrn zurechtbiegt und gefügig macht. So wäre er dann auch das genau passende Gegenstück zu einem Müllersohn, der einfach nur „dumm“ herumsitzt und verzagt.

Dieses Bild vom Kater, der seine Handlungen weniger einer Moral als seinen fest vor Augen stehenden Zielen unterordnet, mag auch der Grund dafür sein, dass viele, die das Märchen kennen, es nicht besonders lieben. Es kommen in der Erinnerung bezogen auf den Kater immer sehr gemischte Gefühle auf. Die Stiefel des Katers müssten in dieser Lesart dann ein Symbol für sein militärisches Vorgehen sein und nicht, wie in der von mir beschriebenen Deutung, ein Symbol für den kleinen Luxus, mit dem es eigentlich alle Dinge verdienen, getan zu werden.

Übertragen wir diese Lesart des Katerverhaltens nun auf das Problem des Funktionierens einer Psychotherapie. Dann heißt das, dass der Klient oder Patient abgetrennt von dem, was der Therapeut tut, eine unschuldige Haut bleiben kann, weil der Kater bzw. der Therapeut ihm eine echte Auseinandersetzung mit den Kehrseiten des Lebens erspart und ihm am Ende - mit seinen Tricks und wahrscheinlich auch auf Kosten anderer - in das gemachte Bett hilft. Das wäre so, als hätte der Klient mit seinem Schmollen von An-

fang an recht gehabt und als sei ihm für die erlittene Ungerechtigkeit jetzt die verdiente Gerechtigkeit widerfahren. Strukturell sähe eine solche Erfahrung aber nicht besonders gut aus.

Das verführende Muster

Eine solche Grundstruktur, wie ich sie soeben geschildert habe, treffen wir im Allgemeinen bei unseren Klienten an. Diese Struktur ist doppelbödig: Sie versucht einerseits, die verloren gegangene seelische Beweglichkeit wiederzugewinnen, welche in diesem Stadium oft auch idealisiert ist, andererseits versucht sie aber auch die Verhältnisse beizubehalten, die dem selbstständigen Leiden zugrunde liegen. Wir müssen davon ausgehen, dass der Klient, genau wie der verzagte Müllersohn, nach einem „Gegenstück“ zu sich selber sucht, im Sinne eines Katerfreundes, der für ihn alles passend macht. Das stellt für die Psychotherapie als Einrichtung eine große Verführung dar. Das Schillernde, das den Begriff der Psychotherapie in der öffentlichen Meinung umgibt, spiegelt diesen Umstand wieder: Irgendwie weiß jeder, dass es in einer Psychotherapie um die Herstellung von Veränderungsspielräumen geht, aber andererseits verbindet man genau so gut etwas Manipulatives damit.

In seiner Methode geht es dem Müllerburschen, den wir als das Beispiel für einen Therapiefall nehmen, zunächst einmal um ein Stück idealisierter Wirklichkeit und in Anlehnung an das Märchen vielleicht um das Bild des gemachten Mannes. Mit seinem Handeln sagt er nun: „Solange die Voraussetzungen für mein Ziel noch nicht stimmen, hat es keinen Zweck, mich auf die verschiedensten Herausforderungen und Möglichkeiten des Lebens ernsthaft einzulassen“. Während er sich so hinter dem Schicksalsschlag eines „Zukurzgekommenen“ zurückziehen weiß, entwickelt er andererseits aber auch eine rege Tätigkeit. Das geht nämlich nicht anders, wenn er überleben will. Auch in seinem Schmollen erkennen wir schon eine solche Art von Aktivität. Wir müssen dabei nur an den moralischen Druck denken, den ein solches Verhalten auf

bestimmte Menschen und in bestimmten Situationen ausüben kann. Die besagten Tätigkeiten oder Aktivitäten sind aber weit davon entfernt, eine echte Zuwendung zum Leben zu sein, die sich den Zufällen und Wendungen stellt und davon ausgeht, dass sich erst in einem längeren Hin und Her erweist, was wirklich zueinander passt und was nicht. Ein nicht idealisierender Teil in ihm ist also der nüchternen Realität in einer extremen Weise zugewandt: Er tritt in diesem Sinne wahrscheinlich gezielt erpresserisch auf (wie der Kater mit der Drohung gegen die Arbeiter), er biegt sich die Dinge nicht selten mit Unehrllichkeiten zu recht (Tricks des Katers), und wahrscheinlich schreckt er auch nicht davor zurück, sich dort geschickt einzuschmeicheln (Kater gegenüber dem König), wo er etwas bekommen oder sich ersparen kann.

Die Möglichkeiten der eigenen Entwicklung sind durch das Festhalten an einem Ideal in ihrer Verwirklichung behindert. Das heißt: Der Betreffende kann den potentiell günstigen Zufällen nicht konstruktiv und offen entgegengehen. Entweder das, was geschieht, passt haargenau (und darauf kann man ein Leben lang warten) oder das „Schiefe“ wird mit Gewalt passend gemacht. Da beides keine gute Voraussetzung für eine Entwicklung bildet, ist eine Enttäuschung im Ganzen vorprogrammiert. Doch genau für diesen Fall passt auf einmal wieder alles: Der Betreffende bekommt darin Recht, dass alles keinen Zweck hat, wenn die Dinge nicht von Anfang an passen. Und bei jeder Enttäuschung, ob sie nun mit einem vergeblichen „Warten“ oder mit einem fehlschlagenden „Passendmachen“ zu tun haben, bekommt der Betreffende wiederum Recht. Und damit ist das gelebte System eigentlich unwiderlegbar geworden.

Das Märchen lässt also, wie wir sehen, auch diese Lesart zu. Dann beschreibt es, wie jemand mit den verschiedensten Techniken versucht, sich einerseits aus allem Herauszuhalten und andererseits kein Mittel auslässt, alles für sich und auf ein bestimmtes Ziel hin passend zu machen.

Setzt sich in einer Psychotherapie dieses Muster durch, ohne dass der Psychotherapeut die Möglichkeiten der Veränderungsspielräume durch sein Mittun hervorbringen kann, dann landen wir in einem Gegenbild von Psychotherapie. Der Therapeut wird dann zu einem anmietbarem „Modul“ im Sinne der besagten Methode wirksam. Er wird zum Teil einer Technik (Katertechnik), die der Klient auch vorher schon im Sinne seiner zerteilten Methode eingesetzt hatte, und die er jetzt, zusammen mit dem Therapeuten, weiter perfektionieren und absichern kann. Die Kultur bietet sich für einen solchen Deal in ihrer reichen Zahl von verselbständigten „Institutionen“ und „Hilfs“- oder auch „Ablenkungs“-Einrichtungen an. In den letzten 200 Jahren ist es nicht zuletzt die Medizin gewesen, die sich ebenfalls stark in diesem Sinne hat einspannen lassen. Eine Medizin muss um diese psychologischen Hintergründe und Zusammenhänge in ihren Hilfsangeboten nicht unbedingt wissen. Von einer psychologischen Profession allerdings müssen wir ein Wissen um diese Art von Zusammenhängen verlangen und erwarten, dass sie sich explizit auf dieses Problem einrichtet.

Worauf besonders zu achten ist

Die Psychotherapie als eine psychologische Profession hat auf zwei Dinge ganz besonders zu achten: Zunächst einmal muss sie eine Art Zwischenwelt mit dem Klienten einrichten. Damit hebt sie sich am stärksten von allen interventionsgeprägten Formen des Helfens ab. Die zwischenweltgeprägte Charakteristik der Arbeit nimmt den Druck aus den seelischen Verhältnissen, die im Dienste von Veränderungserfahrungen auf der therapeutischen Bühne mit „kleinerer Besetzung“ ihre Aufführung finden sollen. Das stellt eine ganz bestimmte Atmosphäre in der gemeinsamen Arbeit her, die das Geschehen ganz anders voranbringt, als wenn wir uns mit der Verantwortung eines Titanen von Intervention zu Intervention voranzubringen suchten. Die therapeutische Arbeit muss sich ihrer beziehungsstrukturellen Wirkungsweise bewusst sein.

Ihr Erfolg ruht ganz in den Erfahrungen, die in den lebendigen Beziehungsgeschehnissen innerhalb der beschriebenen psychotherapeutischen Zwischenwelt stattfinden. Von hier aus machen sich die neuen Erfahrungen auf den Weg, kontextübergreifend zu werden und auch außerhalb der Therapie ihre Wirkung zu tun. In diesem Beziehungsrahmen findet die Veränderung statt und weniger in den einzelnen Eingriffen des Therapeuten und den einzelnen Reaktionen des Klienten.

Der zweite Punkt, auf den eine Psychotherapie besonders achten muss, ist der, dass die Erfahrung von Veränderungsspielräumen nicht irgendwie von außen in das Leben des Klienten hineinzubringen ist, sondern in den leidverursachenden Mustern des Klienten selbst aufgefunden werden müssen. Der Therapeut muss sich also auf die gefährlichen Muster seines Gegenübers weitgehend einlassen können. Wenn jemand in einem System gefangen bleiben „will“, so wie es der Müllersohn tut, dann fordert er eine Aufhebung des Störenden und eine Beseitigung der Ungerechtigkeit. Der Müllerbursche glaubt vielleicht, dass er dann, wenn er nur weiträumig genug alles Unpassende in seinem Leben umgeht, irgendwann einmal durch lauter Passendes belohnt werde. Er hofft, dass er „irgendwann einmal“ entschädigt wird für das, was ihn in der Zeit, in der er sich noch vertrauensvoll hingeben konnte, so hart getroffen hatte. Eine Psychotherapie könnte diesem Wunsch gegenüber leicht ein falsches Versprechen machen und sich wie der abgespaltene, aktive Teil eines Klienten, mit allen „Katerkünsten“ in das System des Betreffenden einspannen lassen.

Beispiel eines Veränderungs-spielraums

Wir können uns jetzt fragen, wie eine Situation aussieht, in welcher der Therapeut nicht einfach nur eingespannt ist in die 1:1 Wiederholung eines gelebten Musters seines Klienten. Welche Spielräume sind gemeint, wenn es um die Chancen einer Veränderung geht, und wie können sie in der Situ-

ation wahrgenommen oder aber auch übersehen und ungünstig behandelt werden? Nehmen wir hierzu noch einmal die Situation, in der dem Müllersohn unerwartet ein echtes Interesse von einer Prinzessin entgegengebracht wird. Zum Hintergrund gehört, dass der Müllersohn in dieser Szene einmal ausdrücklich nicht in den Kleidern des Zukurzgekommenen steckt. Er hat ja in diesem Falle vielmehr königliche Kleider an. Nehmen wir das als Beispiel für eine Therapiesituation, und fragen wir uns: Was wird der Klient im Rahmen eines verfestigten Musters geneigt sein zu tun? Und was ist es, was er wahrscheinlich übersieht? Wie kann der Therapeut dabei helfen oder was kann er in einer solchen Situation falsch und auch richtig machen?

Zur ersten Frage: Was ist der Müllerbursche im Sinne eines verfestigten Systems geneigt zu tun? Er wird sich nach einem ersten Verwundern sagen, dass das Aufleuchten in den Augen der Prinzessin nicht ihm, sondern nur seinen schönen Kleidern gegolten habe und dass es ansonsten keinen Grund zur besonderen Freude in diesem Zusammenhange gibt. Diese Umdeutungsmethode des Klienten setzt normalerweise die folgende Reaktion in Gang: Der normale Mitmensch, den Therapeuten nehme ich zunächst einmal aus, wird, soweit er höflich ist, versuchen, die entkräftenden Zweifel des Müllerjungen durch die verschiedensten Beteuerungen zu zerstreuen. Die entsprechenden Beteuerungen werden aber voraussichtlich ihr Ziel verfehlen, denn die Entwicklung erlaubt an dieser Stelle des Märchens noch keinen größeren „Liebesbeweis“ (und noch keine größere Erfolgsmeldung). Das bemühte Beteuern ehrlicher Bewunderung würde also das Misstrauen nur noch vergrößern. Es wäre nur Wasser auf die Mühlen eines Klienten, der doch davon ausgeht, dass nichts läuft, wenn es nicht ganz genau für ihn passt. Das als unecht erlebte Beteuern des Gegenübers oder sein Flüchten bestätigen ihn nur noch mehr, dass es die Kleider waren, die ihm die besondere Aufmerksamkeit erbracht haben. Er glaubt weiterhin, dass ihn auch in dieser Si-

Das Leben zwingt den Menschen zu allerlei freiwilligen Handlungen.
(Stanislaw Jerzy Lec)

tuation nichts dabei helfen kann, dem Schicksal des „Zukurzgekommenen“ zu entfliehen.

Was muss der Therapeut anderes tun? Hierzu übersetzen wir die Situation wie folgt: Gemeint ist eine Situation, in der der Therapeut gleichsam die Prinzessin ist und dem Klienten in Analogie zum Märchen eine Anerkennung ausspricht. Die Anerkennung ist dann der bewundernde Blick, der dem Klienten zugeworfen wird und zwar an einer Stelle der Therapie, in der dieser sich endlich getraut hat, rückhaltlos (nackt) in eine Situation hineinzugehen und wirklich dabei auf das zu schauen, was ihm an Überraschendem entgegenkommt. Der anerkennende Blick des Therapeuten sagt also, dass der Klient einen Fortschritt gemacht hat.

Der Klient denkt jetzt vielleicht, dass sein Therapeut sich nur freue, weil er, als Klient, den von ihm empfohlenen Ratschlägen gefolgt ist. Die Bewunderung, die vom Therapeuten kommt, wäre dann vielmehr die Bewunderung der eigenen therapeutischen Leistung und Intervention, in deren Gewandung es „auch nur“ zu der neuen Erfahrung gekommen ist. Würde der Therapeut jetzt reagieren, wie es der Beschreibung von eben folgend der normale Mitmensch tut, so müsste er versuchen, den Klienten vom Gegenteil zu überzeugen. Das wird aber dazu führen, dass der Therapeut wahrscheinlich das bisher Erreichte in zu hohen Tönen darstellt, eben auch im Sinne einer Zweifel beschwichtigenden Beteuerung. Er könnte natürlich auch versuchen, in einer so komplizierten Situation auf die eine oder andere Weise zu flüchten und z.B. das Thema wechseln. Beide Handlungsweisen würden aber zu Recht ein Misstrauen bei seinem Gegenüber erwecken und, da es sicherlich schon vorhanden ist, es noch weiter verstärken.

Der Psychotherapeut muss also etwas anderes tun: Er muss dem Betreffenden zeigen, dass er, der Klient, es in Wirklichkeit selber ist, der sich in besagter Situation einmal anders „sieht“, und wenn auch nur deshalb, weil ihm gerade mal nicht das vertraute Seelen-

gewand des „Zukurzgekommenen“ zur Verfügung gestanden hat. Er selbst war es, der sich für einen Augenblick wieder mit den Augen des sich Entwickelnden sehen konnte. Das macht ihm das Interesse der Prinzessin erfahrbar. Er hat eine neue Erfahrung gemacht, die sehr intensiv und zunächst nur für einen kurzen „Augenblick“ wirkt. Das muss der Therapeut als Mittuender in einer solchen Situation bemerken und „unterstreichen“.

Die Möglichkeit einer solchen Erfahrung war in der konkreten Art und Weise der seelischen Strukturbildung des Klienten enthalten. Jetzt aber wird sie erst richtig sichtbar und konkret aufgreifbar durch das richtige Mitspielen des Therapeuten in der entsprechenden Situation. Zusammen mit dem Therapeuten also, der an einer solchen Stelle auf die richtige Akzentuierung in der Erfahrungsverarbeitung achtet und nicht z.B. eingeschüchtert flüchtet oder sich in Beteuerungen verliert, erfährt der Klient etwas über die tatsächlich vorhandenen Veränderungsspielräume in seinem Leben, die er bisher nicht oder kaum gesehen hatte.

Das Unperfekte als Prinzip

An dieser Stelle der Überlegungen wird es Zeit, an den bekannten Satz zu erinnern, der meist am Ende eines Märchens steht: „Und wenn sie nicht gestorben sind...“ Dieser Satz kann uns daran erinnern, dass die in einer Therapie am Ende „gelösten“ Probleme nicht ein für alle Male verschwunden sind. Vielmehr wird der Müllersohn immer wieder mal durch das Leben, mehr oder weniger grob vielleicht, an die Kehrseiten eines „Vertrauenden Einlassens“ erinnert werden. Es gibt kein Mittel dagegen, sieht man einmal von der Methode ab, die den Müllersohn in Umkehrung seiner Wünsche beinahe in den Stillstand jeglicher Entwicklung getrieben hat (Schmollen, Verzagen). Vielleicht wird der Betreffende es in einer solchen Situation ja noch einmal mit Schmollen versuchen, und sich dann aber auch wieder - ähnlich wie er es in der Therapie gelernt hat - aus den entsprechenden Verstrickungen befreien.

Auch der Versuch, uns über die inneren Zusammenhänge einer Psychotherapie Klarheit zu verschaffen, muss sich mit einer Grenze abfinden: Auf dem Weg dahin, uns ein Bild von dem zu machen, was den umfassenden Prozess einer Psychotherapie zusammenhält, wurden Zusammenhänge sichtbar, die nicht nur das Hauptbild psychotherapeutischen Funktionierens beschreiben, sondern auch ein Nebenbild desselben. Andere Zusammenhänge wiederum machten uns auf ein Gegenbild von Psychotherapie aufmerksam und damit auf die Notwendigkeit einer Abgrenzung von Formen, die wir unter dem Anspruch einer „Psychotherapie“ als unverantwortbar ablehnen müssen.

Das Hauptmotiv, das einen psychotherapeutischen Prozess bewegt, ist das Herstellen von Veränderungsspielräumen. Und das ist besonders dort von Nutzen, wo strukturelle Zwänge sich verselbständigen oder sich bereits verselbständigt haben. In Einigem, was die Psychotherapie tut, setzt sie sich aber auch, vergleichbar mit der Medizin für eine Störungsbehebung ein oder wirbt, so als ginge es schwerpunktmäßig um eine Lehre, für ein bestimmtes Bild vom Seelischen. Wir können in der Psychotherapie also eine Reihe von Nebenmotiven am Werke sehen. Sie gehören mit zu dem Ganzen, vorausgesetzt, dass sie sich nicht verselbständigen, sondern immer wieder zum Hauptmotiv hin in eine fruchtbare Beziehung gesetzt werden.

In der institutionellen Wirklichkeit von Psychotherapie spiegeln sich die genannten Probleme wieder. Wir können feststellen, dass sich, wie in einem Hauptbild von Psychotherapie, eine psychologische Profession entwickelt, deren Ziel es ist - unabhängig von den Zwängen einer Heilberufsordnung - Veränderungsspielräume herzustellen. Das Nebenbild einer Psychotherapie wird dagegen geprägt von einer medizinologischen, bzw. „interventionsorientierten“ Psychotherapie. Hierzu steht als organisatorische Hilfe das Modell einer medizinischen Fachdisziplin bereit. Die in der Krankenversorgung eingeführ-

ten Verfahren müssen sich zur Zeit von diesem Bild her definieren.

Und wie verhält es sich nun mit dem Gegenbild einer Psychotherapie im institutionellen Bereich? Das Gegenbild einer Psychotherapie können wir auf der Ebene der Einrichtungen ebenfalls sehr gut wiederfinden. Hier geht es dann um Psychotherapieangebote, die sich in ihrer Arbeit und Zielsetzung zum Hauptbild einer Psychotherapie wie abgespalten verhalten. Hier findet kein kontrollierender Rückbezug der Nebenmotive auf das Hauptbild statt. Gemeint sind also Therapieformen, die auf diese Weise eine reine „Entstörung“ zu betreiben suchen oder auch eine ideenmäßige und quasireligiöse Einverleibung des Klienten (z.B. Sekten).

Ermutigung zum Eigenen

Das Funktionieren ist von bildhafter Natur

Zum Schluss möchte ich noch einmal kurz auf den Rahmen zurückkommen, in den ich meine Überlegungen gestellt sehen möchte. Mit meinem Entwurf geht es mir vor allem darum zu zeigen, dass die Psychotherapie ein eigenes Funktionieren, sprich: eine eigene Seele, hat. Trotz der verschiedenen therapeutischen Schulen weist sie eine eigene, inhaltlich-bildliche Konstruktion auf. Das Märchen vom gestiefelten Kater macht auf dieses komplex gestaltete Innere mit seinen verschiedenen Wendungsmöglichkeiten aufmerksam und stellt es wie in einer Karikatur heraus. Es wäre sicher einmal interessant, danach zu schauen, wie sich das gleiche Märchenbild auf die verschiedenen Therapieschulen hin weiter ausdifferenziert.

Das Märchen zeigt uns auf eine exemplarische Weise, dass es gelingen kann, die verschiedenen Varianten einer Psychotherapie in einem „Bild“ zusammen zu bringen. Das beweist, dass es in den verschiedenen Therapieverfahren um etwas Gemeinsames geht, das nicht nur von formaler Art ist: Die Verfahren erweisen sich insgesamt als die Umsetzung eines fas-

settenreichen, neuen Verständnisses vom Seelischen.

Verfahren, in denen es überwiegend um direkte Zielsetzungen geht, gleichen sich im Wesentlichen auf eine formale Weise. Wenn wir jetzt versuchen würden, genau diese Verfahren, die nämlich das Nebenbild einer Psychotherapie kennzeichnen, in ein Modell zu bringen, wäre das Ergebnis sicherlich ein anderes als das hier Vorgestellte: Es würde seinen Schwerpunkt in der Beschreibung von Wirkfaktoren haben und in ihren Mischungen. Eine Konstruktion dagegen, die ein Hervorgehen des einen aus dem anderen und zwar inhaltlich-bildlich ableitbar macht, würden wir hierbei nicht erhalten.

Ein Blick vom Märchen auf die Profession

Zum Schluss unserer Überlegungen sollte es erlaubt sein, das Gleichnis des Märchens auch auf die Problemgeschichte unserer psychologischen Profession anzuwenden.

Die Psychotherapie verdankt ihre Entwicklung ebenfalls einem anerkennenden neuen Blick: Man traute sich im vorigen Jahrhundert und teilweise auch schon ein wenig davor, dem See-

lischen eine eigene Natur und eine Eigengesetzlichkeit zuzubilligen. Und das ist die Analogie zu der erneuerten Erfahrung des Müllersohns durch den Blick der Prinzessin, den wir auch als den eigenen Blick des Müllersohnes auf sich und seine Möglichkeiten gedeutet haben.

Der neue Blick auf die eigene Wissenschaft und Profession lässt die Vorstellung aufkommen, dass es in ihr um etwas anderes geht als nur um ein Stück Fortsetzung der Heilkunde. Und für die weitere Entwicklung der Psychotherapie könnte das Gleichnis des Märchens uns sagen, dass es keinen Sinn macht, sich in zwei Sorten von Aktivitäten aufzuteilen, in denen es auf der einen Seite darum geht, sich schmollend auf die Position einer zu kurz gekommenen „heilkundlichen“ Disziplin zurückzuziehen und auf der anderen Seite darum, nichts unversucht zu lassen, die eigene Sache doch noch auf die medizinische Wissenschaft hin passend zu machen. Der neue Blick, wie ich meine, ermutigt vielmehr, sich auf die Entwicklung einer psychologischen Profession einzulassen.

Werner Mikus



Bibliografie S.62
Informationen zum Autor S. 65

Fachlicher Austausch im Internet unter dem Thema
Psychotherapie und Entwicklung

www.therapie-web.org

Psychotherapie
Psychologische Profession
innerhalb u. außerhalb der
Krankenversorgung