



Dies ist eine Leseprobe des Schattauer Verlags. Dieses Buch und unser gesamtes Programm finden Sie unter
www.klett-cotta.de/schattauer

 Schattauer

WISSEN & LEBEN

herausgegeben von Wulf Bertram

Wulf Bertram, Dipl.-Psych. Dr. med, geb. in Soest/Westfalen, Studium der Psychologie, Medizin und Soziologie in Hamburg. Zunächst Klinischer Psychologe im Universitätskrankenhaus Hamburg Eppendorf, nach Staatsexamen und Promotion in Medizin Assistenzarzt in einem Sozial-psychiatrischen Dienst in der Provinz Arezzo/Toskana, danach psychiatrische Ausbildung in Kaufbeuren/Allgäu. 1986 wechselte er als Lektor für medizinische Lehrbücher ins Verlagswesen und wurde 1988 wissenschaftlicher Leiter des Schattauer Verlags, 1992 dessen verlegerischer Geschäftsführer. Aus seiner Überzeugung heraus, dass Lernen Spaß machen muss und solides Wissen auch unterhaltsam vermittelt werden kann, konzipierte er 2009 die Taschenbuchreihe »Wissen & Leben«, in der mittlerweile mehr als 50 Bände erschienen sind. Bertram hat eine Ausbildung in Gesprächs- und Verhaltenstherapie sowie in Psychodynamischer Psychotherapie und arbeitet als Psychotherapeut in eigener Praxis.

Für seine »wissenschaftlich fundierte Verlagstätigkeit«, mit der er im Sinne des Stiftungsgedankens einen Beitrag zu einer humaneren Medizin geleistet hat, in der der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit im Mittelpunkt steht, wurde Bertram 2018 der renommierte Schweizer Wissenschaftspreis der Margrit-Egnér-Stiftung verliehen.

Gerd Rudolf

Therapeut werden

Eine psychodynamische Lebensreise

 **Schattauer**

Besonderer Hinweis

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung.

In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Schattauer

www.schattauer.de

© 2024 by J.G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Bettina Herrmann, Stuttgart

unter Verwendung einer Abbildung von © Martisans/Stocksy/Adobe Stock

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Kempten

Gedruckt und gebunden von Friedrich Pustet GmbH & Co. KG, Regensburg

Lektorat: Volker Drücke

ISBN 978-3-608-40191-2

E-Book ISBN 978-3-608-12342-5

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20690-6

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen

Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über

<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Vorbemerkung des Herausgebers

Nach einigen Jahren zunächst als Lektor bei Urban und Schwarzenberg und dann als verlegerische Geschäftsführer bei Schattauer entfuhr mir mal der Stoßseufzer: »Bei meiner Pensionierung möchte ich nur noch Bücher mit Autorinnen und Autoren machen, die mir sympathisch sind und mit denen ich auch so gut wie befreundet sein könnte!«

Im Rahmen meiner Verlagstätigkeit, die mir zwar grundsätzlich ausgesprochen gut gefiel, gab es einige schwierige bis zuweilen auch unangenehme Kooperationen mit Autoren, die aber zum Erfolg in Gestalt eines gedruckten Buches führen mussten, egal wie viele Nerven das kostete. Das lag zum Teil auch an meiner persönlichen biografischen Anamnese. Vor einer Sitzung mit drei weißen alten chirurgischen Ordinarien, die ich moderieren sollte, hatte mich der versierte und mir durchaus wohlgesonnene Verleger Michael Urban beiseite genommen und mir gesagt: »Herr Bertram, bitte erzählen Sie den Professoren nicht, dass Sie auch Psychologe sind!« Chirurgen hatten es nicht so mit den Psycho-Wissenschaften. Kurz zuvor hatte mich der Autor eines dermatologischen Lehrbuchs für Studierende beinahe der Tür verwiesen, als ich ihm vorschlug, bei der Neuauflage seines Buches noch ein Kapitel über psychosomatische Aspekte der Dermatologie zu ergänzen. »Aber nicht in meinem Lehrbuch!«, hatte mir der Verfasser, ebenfalls ein Ordinarius, entrüstet erwidert, von solchem unwissenschaftlichen Zeugs wollte er nichts in seinem Buch haben. Meinen Einwand, dass diese Thematik immer wichtiger und evidenzbasierter werde, wischte er nach Basta-Manier vom Tisch, und das Buch erschien psychosomatiklos. Es gab durchaus Autoren (wenn ich an dieser Stelle nicht gendere, liegt das nicht etwa

daran, dass ich es vergessen oder etwas dagegen habe – »meine« Autoren waren durchweg Männer, das Publizieren war damals praktisch noch eine reine Männerdomäne), die freundlich und manchmal sogar dankbar Ergänzungs- oder Änderungsvorschläge von Seiten des Verlages entgegennahmen. Ich bekam aber auch Sätze zu hören wie »*quod scripsi, scripsi*« (»was ich geschrieben habe, habe ich geschrieben«), mit dem sich schon Pontius Pilatus unter anderem hervorgetan hatte.

Was mir auch auffiel, war eine erstaunlich hohe Korrelation zwischen der Kompetenz und der Erfahrung eines akademischen Autors und seiner Aufgeschlossenheit, Bescheidenheit und Größe. Je souveräner ein solcher Hochschullehrer war, desto eher war er freundlich und verständnisvoll, manchmal sogar dankbar bereit, Eingriffe des so viel jüngeren ärztlichen, nicht-akademischen Kollegen zu akzeptieren und alternative Vorschläge zu seiner Formulierung anzunehmen. Auch diejenigen, die wussten, dass ich unnötigerweise auch Psychologe war, und sogar wenn es sich um Kürzungen handelte, was Autorinnen und Autoren meist weh tut.

Insofern entfuhr mir nach einer schwierigen und schweißtreibenden Herausgebersitzung mit mehreren Vertretern somatischer Fächer dieser Stoßseufzer im Hinblick auf meine erwünschte Beziehung zu den Autoren bei meiner Pensionierung. (Ich bin mir ziemlich sicher, dass ich auch bei diesem Gefühlsausbruch noch nicht gegendert habe, denn erstens gab es das Wort noch gar nicht in unserem Wortschatz, und zweitens erschienen damals erst nach und nach weibliche Schreibende häufiger und erfolgreich in der Community der wissenschaftlichen Verfasserinnen und Verfasser.)

Aber, oh Wunder, dieser Wunsch, der bei meinen verlegerischen Kollegen nur ein müdes Lächeln hervorrief, hat sich praktisch erfüllt! Ein Beispiel liegt hier vor Ihnen.

Ich begegnete Gerd Rudolf zum ersten Mal 1999 auf einem

Symposion aus Anlass seines sechzigsten Geburtstags. Das Thema war »Die Struktur der Persönlichkeit«. 2002 erschien dann bei Schattauer das Buch mit dem gleichen Titel unter der Herausgeberschaft von Gerd Rudolf, Tilman Grande und meinem Freund Peter Henningsen, dem ich für die Vermittlung der Zusammenarbeit und der Publikation dankbar war und immer noch bin. Während der Produktion des Buches kam es zu einigen Begegnungen und Telefonaten mit Gerd Rudolf, die bald über das rein »Operative« hinausgingen und bei denen ich das profunde Wissen und die weit über sein Fach hinausgehende Bildung des damaligen Ordinarius für Psychosomatik an der Universität Heidelberg bewundern konnte. Dass das nächste von Gerd Rudolf herausgegebene Buch auch bei Schattauer erschien, lag dann schon praktisch auf der Hand. Es wurde zu einem der größten Erfolge des Verlages und ist 2020 in 4. Auflage unter Mitarbeit von L. Hauten und J. Ehrenthal erschienen.

Gerd Rudolf ist ein äußerst produktiver Autor. In der Folge brachte er mehrere Lehrbücher der Psychotherapie heraus, alle in den orangefarbenen Buchdeckeln des Schattauer Verlages, zu meiner Freude auch das eher feuilletonistisches Buch »Wie Menschen sind: Eine Anthropologie aus psychotherapeutischer Sicht« in meiner Taschenbuchreihe Wissen & Leben. Gerne hörte ich seine Vorträge auf Tagungen und Kongressen, zu denen er immer öfter als Referent eingeladen wurde. Die inhaltliche Würdigung der Arbeit von Gerd Rudolf überlasse ich gerne Wolfgang Weisser, dem Verfasser des ausgewogenen und verdienten Geleitworts.

In den Jahren danach begegneten wir uns immer öfter, und unsere Gespräche wurden länger und privater. In einer Zeit, in der Gerd Rudolf und ich beide eine schmerzliche Krise zu bewältigen hatten und wir lange Gespräche am Telefon führten, fragte er mich, ob ich nicht einmal sein Museum besichtigen wolle. Gerd Rudolf ist eher zurückhaltend und lieber etwas dis-

tanziert. Er fragte mich also nicht, ob ich ihn besuchen wollte, sondern es gab da in seinem Hause ein Museum, das ich mir gerne einmal anschauen dürfe.

Als ich bei ihm ankam, fand ich einen liebevoll gedeckten Kaffeetisch für uns beide vor, wir plauderten noch ein wenig und dann begann der Museumsbesuch. Ich war vollkommen überrascht und beeindruckt von seiner Sammlung: Fossilien, Tierschädel, Bruchstücke antiker Gefäße, die er selbst aus dem Mittelmeer geschnorchelt hatte, Mineralien, exotische Figuren, Gemälde. Alles sorgfältig aufbewahrt in verschiedenen Vitrinen und Regalen und nach Themen strukturiert. Struktur als elementares Konzept zieht sich eben durch Denken und Gestalten von Gerd Rudolf, angefangen bei der von ihm entwickelten Psychotherapie bis hin zur Ordnung seines Museums. Ich konnte das gar nicht alles erfassen, und er meinte, dann müsse ich eben noch einmal wiederkommen. Was ich dann auch gerne tat, und beim anschließenden Abendessen bot er mir schließlich das »Du« an.

Bei uns Deutschen ist das mit der Anrede ja wesentlich komplizierter als in Sprachen, in denen es ein »Sie« gar nicht erst gibt oder wo es selbstverständlich ist, dass man sich duzt, wenn man etwa aus dem gleichen Umfeld, Beruf oder aus der Nachbarschaft stammt. Gerd und ich hätten uns mindestens fünf Jahre früher geduzt, wenn wir beispielsweise Italiener wären. Ich habe das mit besonderer Freude angenommen, gefühlsmäßig war es mir nach unseren Begegnungen und dem, was wir geteilt hatten, ein naheliegendes freundschaftliches Bedürfnis, nur verlangt unser Protokoll ja, dass der etwas Ältere dem Jüngeren das Du anbietet. Komplizierter ist es zwischen Männern und Frauen, grundsätzlich ist es die Dame, die einem Herrn das Du anbietet, aber was ist, wenn es sich um einen bedeutenden älteren Herren und eine junge Dame handelt? Und wie ist es bei jemand, der in einem beruflichen Kontext zwar der Jüngere,

aber gleichzeitig hierarchisch Höherstehende ist? Im Umgang der jüngeren Generation miteinander wäre alles andere als das Du »weird«, ich schätze, dass das Sie in den nächsten 10 Jahren so gut wie ausgestorben sein wird. Ich fand und empfinde das Du zwischen uns, lieber Gerd, als etwas ganz Besonderes, und freue mich über die Nähe, die diese Anrede symbolisiert. Den »Du-Generationen« wird dieses Gefühl von Freude und Ehre, wenn eine allmählich gewachsene Nähe durch das Angebot des »Du« sanktioniert wird, abgehen.

Warum dieser Prolog? Es ist schön, wenn ein gutes Buch ein kongeniales Geleitwort hat von einem Kollegen, der die Leistungen der Persönlichkeit des Autors zu würdigen in der Lage ist. Als Reihenherausgeber sollte man sich da eher zurückhalten. Dass ich das nicht tue und mir anmaße, diese Zeilen zu schreiben, liegt daran, dass ich diese Gelegenheit nutzen möchte, Dir nicht nur ganz herzlich für Deine Freundschaft, sondern auch für Deine Treue zum Verlag zu danken. Für die viele Arbeit, die Du dabei geleistet hast, für die ungewöhnliche Sorgfalt, formale Perfektion und »Struktur« (!), mit der Du Deine Manuskripte verfasst und die Lektor:innen um ihre Jobs hast fürchten lassen, für Deine Aufgeschlossenheit für Vorschläge, die Dir vielleicht nicht immer behagt haben, nicht zuletzt für Deinen oft eher verschmitzten Humor, der das Zusammensein und die Zusammenarbeit leichtfüßiger macht, für Deinen guten Rat sowohl in wissenschaftlichen Angelegenheiten (Du bist – leider – nicht mein Supervisor, aber es bleibt ja nicht aus, dass man bei einem Gespräch auch ins Fachsimpeln kommt, und da habe ich viel von Dir gelernt) als auch in manchen privaten Belangen. Es ist mir ein ganz großes Bedürfnis, Dir danke zu sagen. Im Namen des Verlages und ganz besonders in meinem persönlichen.

Du hast mir gesagt, dies soll das letzte Buch sein, das Du geschrieben hast. Ich möchte daran eigentlich lieber nicht glau-

ben. Denn zum einen weiß ich, wie gerne Du schreibst, wie viel Du nach wie vor zu sagen hast, wie dankbar ein weiteres Buch von Dir aufgenommen werden würde und welche Ehre das auch für den Verlag wäre. Aber das ist Deine Entscheidung, ich verstehe, dass man irgendwann denkt, nun ist es mal gut. Aber es wäre ja vielleicht doch ganz reizvoll, noch mal Dein Spracherkennungsprogramm (falls Du mit einem solchen arbeitest) auf Trab zu bringen. Wie dem auch sei, ich wünsche Dir, dass die Zeit, ob Du sie vielleicht lieber in Deinem Garten, auf Reisen und gemeinsam mit Deiner Frau genießt, oder ob Du noch mal etwas zu Papier bzw. Datenträger bringen willst, glücklich, kostbar, erfüllend und die für die Dich erstrebenswerteste ist.

Dein Wulf

Teolo, im Frühjahr 2024, Wulf Bertram

Zum Geleit

Das Anliegen dieses Buchs ist es, die Neugier auf Psychotherapie zu wecken und die Angst vor derselben zu vernachlässigen. Hier legt ein erfahrener Wissenschaftler und Lehrer die Scheu ab, Leben und Werk, Praxis und Theorie auf der Basis seiner sehr persönlichkeitsbezogenen Lebensschilderung von den ersten Jahren in den Kriegs- und Nachkriegszeiten bis ins hohe Alter darzustellen. Da wirkt nichts aufgesetzt und belehrend, sondern logisch-evolutionär aus dem Wissens- und Entdeckerdurst entstanden, den er schon als Kind wahrgenommen hat und der ihn antrieb, hinter die Dinge zu schauen oder in der Tiefe zu graben. Diese Eigenschaften setzte er in seinen ersten drei Dekaden neben seiner intellektuellen Bildungskarriere wie getrieben in eine teils riskante Reiselust um, die ihn bis in den fernen Orient und auf den afrikanischen Kontinent beförderte. Diese packenden Schilderungen nehmen den ersten Teil des Buches ein; sie lesen sich, einschließlich der bewegten Kindheit und Jugend, wie ein Abenteuerroman.

Ebenso spannend wird im zweiten Teil des Buches die Entwicklung der Psychotherapie in den letzten 40 Jahren schwerpunktmäßig abgebildet, an der Gerd Rudolf wesentlich mit innovativen, theoretischen wie praxisbezogenen Ideen beteiligt war. Die entscheidenden wissenschaftlichen Anregungen dazu verdankt er zwei maßgeblichen Persönlichkeiten: Frau Prof. Annemarie Dührssen als Leiterin des AOK-Instituts für Psychogene Erkrankungen in Berlin und Frau Prof. Anneliese Heigl-Evers. Diese lösten in ihm den Impuls aus, nach überstandener Krankheit infolge eines selbstzerstörerischen Lebensabschnittes, mit unerschöpflicher Energie wissenschaftlich tätig zu werden. Wie sich das auf seine wissenschaftlich-organisatorischen

Fähigkeiten ausgewirkte, wird besonders sichtbar an der Aufzählung der Gremien-Zusammenkünfte des Jahres 2000 im letzten Abschnitt des Buches, bei denen Gerd Rudolf als Direktor der Psychosomatischen Universitätsklinik Heidelberg überwiegend in der Rolle des Initiators fungierte.

Dem Falsifikationsprinzip K. R. Poppers folgend – Theorien müssen widerlegbar sein und sind daher der empirischen Nachprüfung auszusetzen –, hinterfragt Rudolf traditionell Selbstverständliches, beispielsweise aus der Psychoanalyse. Nach Erreichen der psychiatrischen Facharztqualifikation gewinnt er im Blick auf die psychologische Nachbarwissenschaft entscheidende Anregungen für wissenschaftliche Arbeitstechnik und die Entfaltung neuer Behandlungsmethoden. Diese münden, wie nachzulesen ist, u. a. in der Konzeptualisierung der »Operationalisierten Psychodynamischen Diagnostik« und der »Strukturtherapie«. Exemplarisch für die Rudolf'sche Arbeitsweise kann die sehr präzise Zusammenstellung der OPD-Struktur-Checklisten angeführt werden.

Allein die Inhaltsübersicht dürfte beim Leser Erinnerungen an eigene Lebensphasen auslösen. Es gehört zum Reiz des in Mode stehenden Biographiewesens unserer westlichen Kulturlandschaft, Persönliches in die Öffentlichkeit zu transportieren.

Natürlich stellt sich die Frage, ob nicht eine Portion Exhibitionismus oder Narzissmus als heimliche Beweggründe für die Präsentation des eigenen Lebenslaufes im Licht der Öffentlichkeit anzunehmen sind? Aber solche vermuteten Absichten heben sich bei Gerd Rudolf von selbst auf durch den berechtigten Hinweis auf den aus dem üblichen gesellschaftlichen Umfeld abweichenden Beruf des Psychotherapeuten, dessen Arbeitsweise das (selbst)kritische, wertfreie Betrachten ist. Dabei lässt er sich von den Elementen des Psychodynamischen und Emotionalen leiten. Der wesentliche Effekt persönlicher Preisgabe bewirkt, dass theoretisches »Machwerk« Farbe und Leben-

digkeit erhält. Mehr über das Leben und die Authentizität des Autors zu erfahren, lässt schöpferische Nähe zu ihm entstehen und vermitteltes Wissen eingängiger werden.

Ermunterung zu diesem Verhalten finden wir in der Philosophie Immanuel Kants, der das Streben nach Öffentlichkeit als »essenziellen und notwendigen Charakter in einer freien, demokratischen Gesellschaft« hervorhebt. Für ihn ist »Öffentlichkeit ein anthropologisches Merkmal des Menschen«. »Mit Öffentlichkeit öffnet sich dem Menschen die Welt.« »Öffentlichkeit hat die Funktion eines vergrößernden Spiegels.« Volker Gerhardt, emeritierter Philosophie-Professor an der Humboldt-Universität und Kant-Spezialist, geht so weit zu sagen, das »alles Denken öffentlich ist«.

Anders als in der manchmal etwas trocken wirkenden Sprache seines umfangreichen Werkes »erzählt« Gerd Rudolf mit geschmeidig-lebensnahen und berührenden Formulierungen exemplarisch die Geschichte seines Lebens.

Wie fruchtbar sich Wissensvermittlung durch persönliche Begegnung auswirkt, weiß ich zu schätzen, bin ich doch im Jahr 2009 als damaliger Vorsitzender des »Hannoverschen Arbeitskreises für Psychotherapie und Psychosomatik e. V.« durch einen Vortrag von Prof. Rudolf über die »Tiefenpsychologisch-fundierte, strukturbbezogene Psychotherapie« sozusagen in den Bann der damals für mich wahrlich neuen Erkenntnisse gezogen und dadurch in meiner Arbeit grundlegend bereichert und »erneuert« worden, besonders was die strukturbbezogene Technik des Zugangs zum Patienten einschließlich der passenden Teildidentifikation des Therapeuten betrifft. Diese Vorgehensweise gab mir das Gefühl von kreativer Freiheit und animierte mich, über die Pensionsgrenze hinaus psychotherapeutisch tätig zu sein. Das kommunikative Element durchzieht wesentlich dieses Buch und wird durch den fingierten Briefwechsel zwischen Anne und G. auf intime Weise dargestellt, so wie Gerd Rudolf es schon

in seinem Vorgängerbuch »Dimensionen psychotherapeutischen Handelns« (2023) angewandt hat. Seine Empathie und vor allem seine versteckte Ironie, mit der er Überholtes und Unbrauchbares, aber immer noch Gepflegtes dezent vorführt, gibt diesem Buch eine zusätzliche Würze.

Für wen ist dieses Büchlein gedacht?

Den Erfahrenen gereicht es nicht zum Schaden, sich wieder einmal die enge Verbindung von persönlichem Leben und Arbeit mit und an den Patientinnen und Patienten vor Augen zu führen. Den Auszubildenden dürfte es eine Hilfe zur Wissensanreicherung und Selbstreflexion sein. Die Suchenden dürfen sich eine Vorstellung davon machen, dass ein/e Therapeut/in – Gott sei Dank – auch nur ein Mensch ist.

Hannover, im Frühjahr 2024

Wolfgang Weisser

Inhalt

1	Frühe Erfahrungen	19
	Vom Reisen und Schreiben	19
	Sich selbst verstehen	23
	Die Bedeutung früher Erfahrungen	27
	Zwei Familiengeschichten	31
	Krieg und Evakuierung	35
2	Nach dem Krieg	38
	Ein Neubeginn	38
	Kindheit in der Nachkriegszeit	41
	Einschulung	43
	Männerbilder	45
	Ein später Vater	47
3	Das Leben lernen	50
	Zwischenbilanz	50
	Das Gymnasium	52
	Adoleszente Entwicklungsschritte	55
	Ein früher Lebensentwurf	57
4	Faszination des Fremden	59
	Ein Blick ins Paradies	59
	Gestrandet in der Fremde	62
	Der algerische Korrespondent	64
	Ein vorläufiges Fazit	66
5	Aufbruch in neue Welten	69
	Ein Studium beginnen	69
	Geld verdienen	71

Aufbruch ins Unbekannte	74
Eine neue Welt: Kanada	75
Ein orientalisches Abenteuer	79
M. Balint – das Philobatische und das Oknophile	84
6 Sesshaft werden	89
Neubeginn in Berlin	89
Psychotherapeutische Entwicklungsschritte	92
Im Dührssen-Institut	93
Arbeitsstress und Reiseerinnerungen	97
7 Von der therapeutischen Praxis zur wissenschaftlichen Evaluierung	101
Ein Wendepunkt des Interesses	101
Vom Psychotherapie-Institut zur Universität	103
Diagnostik und Therapie	105
Wissenschaftliches Arbeiten	106
Studien und Veröffentlichungen	109
8 Die Universität Heidelberg	114
Ein Neubeginn	114
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie	117
Erlittene Psychosomatik: ein kurzes Zwischenspiel	121
Die Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (OPD) und ihre therapeutische Nutzung	123
Vom Verständnis der Persönlichkeitsstruktur zur strukturbbezogenen Psychotherapie	127
Zur Rezeption des Strukturkonzepts	131
Strukturspezifisches therapeutisches Handeln	133
9 Projekte und Gremien	137
Gremienarbeit am Beispiel eines Jahres	137
Die Weitergabe psychotherapeutischer Erfahrung	141

Projekte der späten Jahre	146
Eine Zeitenwende: Corona und die Folgen	147
Literatur	152
Weiterführende Literatur	155

1 Frühe Erfahrungen

Vom Reisen und Schreiben

»Ich würde sehr gern mein Leben in den letzten Jahren mit Selbstbetrachtung beschließen, und wenn ich die letzten sage, so ist es nur, weil man den Faden am besten da aufnimmt, wo man ihn als abgesponnen ansehen kann«, schreibt Wilhelm von Humboldt 1818.

Für das vorliegende Büchlein, das, geschrieben im fortgeschrittenen Alter, nun mein letztes sein soll, habe ich mir vorgenommen, meinen Leserinnen und Lesern persönlicher zu begegnen als in früheren, weitgehend sachbezogenen Schriften.

Menschen machen sich gelegentlich, vor allem, wenn sie älter werden, Gedanken über den aktuellen Stand ihres Lebens. Zwangsläufig gleiten ihre Erinnerungen zurück, Ereignisse aus ihrer Vergangenheit treten in den Vordergrund. Aus der zeitlichen Abfolge werden ursächliche Zusammenhänge abgeleitet. Freilich bleibt ein Rest von Zweifeln, ob das alles wirklich zutrifft oder erst im Nachhinein so ordentlich zurechtgelegt wurde.

Das Nachhinein beginnt heute bei vielen Berufstätigen mit 65 Jahren, da werden sie verabschiedet und entlassen. Manche fühlen sich erleichtert, aber auch als nicht mehr zugehörig. Ich erinnere mich meiner gelegentlichen Versuche, nach erfolgter Berentung an Tagungen oder universitären Konferenzen teilzu-

nehmen, und an das dabei erlebte zunehmende Unbehagen. Dabei hatten wir selbst in jungen Jahren teils ehrfürchtig zugehört, teils überheblich gelächelt, wenn ein deutlich Älterer bei einer solchen Sitzung das Wort ergriff und in gehobenem Deutsch und spürbar engagiert, für oder gegen etwas Stellung bezog. Er sprach gleichsam aus der Position eines Großvaters, den wir mochten und respektierten, der aber zugleich aus einer anderen Zeit und einer früheren Welt stammte, sodass er eigentlich nicht mehr zu denen gehörte, die heute das Sagen haben.

Auch mein Lebensfaden ist inzwischen weitgehend abgesponnen – wie weit, das weiß man, Gott sei Dank, selbst nicht genau. Da meldet sich der Wunsch, am Ende der verfügbaren Zeit und aus der Distanz heraus noch einmal auf die Reise des Lebens zurückzublicken. Der Schreiber hat heute den Eindruck, er könne jetzt vielleicht manches besser verstehen als früher und er könne nun den Mut aufbringen, sich über vieles auch persönlich zu äußern. Von einem Naturwissenschaftler würde man das nicht oder nur begrenzt erwarten, für einen Psycho-Experten, sei er Psychiater, Psychologe oder Psychotherapeut, ist eine solche Reflexion des eigenen Lebens »Selbst-verständlich«, denn anders wäre ein diagnostisches und erst recht ein therapeutisches Verständnis anderer Menschen unvollständig oder gar nicht möglich.

Psychisches lässt sich nicht ohne das Ernstnehmen des subjektiven, persönlichen Erlebens sichtbar machen, das gilt nicht nur für Patienten. Dem steht der verständliche Wunsch entgegen, Persönliches vor den kritischen Blicken anderer zu schützen. So wird dieser Text unterschiedliche thematische Akzente haben: Einen Schwerpunkt bilden die Erinnerungen an die Lebensbedingungen der Kindheit und Jugend, die durch Krieg und Nachkriegszeit das Erwachsenwerden prägten und dem Heranwachsenden sehr spezielle Muster des Erlebens und Verhaltens aufprägten. Sie lassen ein starkes Verlangen erkennen,

die Welt zu erfahren und sich so naiv auf sie einzulassen, dass man gelegentlich auch mit Sorge auf ihn blickt.

Reisende haben eine Unruhe im Leib, die sie immer wieder drängt, aufzubrechen und sich auf den Weg zu machen. Schreibende hingegen brauchen Geduld und Sitzfleisch, um das, was sie beschäftigt, zur Sprache zu bringen. Beide Aktivitäten haben etwas Selbstverständliches und ungemein Erfreuliches, das nicht in Alternativen erlebt wird. Da stellt sich die Frage, wie beides von einer Person realisiert werden kann.

Wie kann es jemandem gelingen, nach einer unruhigen Kindheit und einer turbulenten Jugend zur Ruhe zu kommen und eine Produktivität zu entwickeln, mit der er in der gesellschaftlichen und speziell der beruflichen Gemeinschaft seinen Platz findet? Der vorliegende Text ist der Versuch einer rückblickenden Bilanzierung, die so viel Einblick geben soll, wie zum Verständnis dieses Lebens und Schaffens notwendig ist, und zugleich der berichtenden Person und seinen Angehörigen ein gewisses Maß an Schutz gewährt.

Das Reisen und das Arbeiten werden zwei bedeutsame Themen sein. Ich erinnere mich an einen zwanghaften Patienten, der beschlossen hatte, bis zu seinem 60. Geburtstag durchzuarbeiten, sich danach auszahnen zu lassen und fortan die Welt zu bereisen. Ein Jahr vor diesem Zeitpunkt wurde er krank, man diagnostizierte eine Krebserkrankung und begann mit Behandlungsversuchen. Ich sah ihn in tief deprimierter Verfassung. Er starb einige Monate später, ohne etwas von der Welt gesehen zu haben. In der umgekehrten Variante ist jemand womöglich lebenslang unruhig unterwegs und stellt sich vor, sich eines Tages an Menschen und Aufgaben zu binden – was aber wahrscheinlich nie verwirklicht wird.

Wenn wir hier das Reisen und das Schreiben einander gegenüberstellen, haben wir es mit unterschiedlichen Zeitmaßen zu tun. Man kann eine faszinierende Reise in wenigen Tagen reali-

sieren und ist danach voll von Eindrücken, die über lange Zeit lebendig bleiben. Hingegen kann die Fertigstellung einer anspruchsvollen künstlerischen oder wissenschaftlichen Arbeit Jahre in Anspruch nehmen, ohne dass diese Anstrengung als quälende Belastung erlebt wird. Es gehört zu unseren gesellschaftlichen Gepflogenheiten, dass die meisten Menschen längere Arbeitszeiten und kürzere Urlaube haben. Sie erzählen gern von der Ausnahmesituation ihrer Reisen und seltener von ihrem Arbeitsalltag, es sei denn, dass ihre Arbeit narzisstisch besetzt ist, weil dabei künstlerische, technische oder wissenschaftliche Produkte von allgemeinem Interesse entstehen. So werden Erfahrungen des Reisens und solche des Schreibens in den folgenden Ausführungen immer wieder eine wesentliche Rolle spielen.

Wie in meinem vorausgehenden Buch (»Dimensionen psychotherapeutischen Handelns«, 2023) hoffe ich, auch in dem folgenden Text, manches mit meiner Kollegin Anne diskutieren und es damit gleichsam von außen betrachten zu können. Manche LeserInnen haben mich wissen lassen, dass sie sich dadurch besonders angesprochen fühlten.

»Liebe Anne, es freut mich sehr, dass Du Dich bereit erklärt hast, auch in diesem Vorhaben mitzuwirken, und dass ich Deine Anmerkungen in das entstehende Büchlein hineinnehmen darf. Es hatte sich beim letzten Mal so ergeben und gefiel uns im Nachhinein. Es waren insbesondere LeserInnen, die mich in Zuschriften darauf aufmerksam machten, dass Deine Aussagen aus weiblicher Perspektive für sie eine wichtige Ergänzung bedeuteten. Du bist ja inzwischen keine therapeutische Anfängerin mehr, sodass ich als altgewordener Therapeut Deine Unterstützung gern in Anspruch nehme, wenn es gilt, Episoden dieses Buches besser verständlich werden zu lassen, für heute liebe Grüße und vielen Dank, Dein G.«

Anne: »Gerne! Ich bin gespannt darauf!«