



Dies ist eine Leseprobe von Klett-Cotta. Dieses Buch und unser gesamtes Programm finden Sie unter [www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

## Leben Lernen

Die Reihe »Leben Lernen« stellt auf wissenschaftlicher Grundlage Ansätze und Erfahrungen moderner Psychotherapien und Beratungsformen vor; sie wendet sich an die Fachleute aus den helfenden Berufen, an psychologisch Interessierte und an alle nach Lösung ihrer Probleme Suchenden.

Alle Bücher aus der Reihe »Leben Lernen« finden Sie unter:

[www.klett-cotta.de/lebenlernen](http://www.klett-cotta.de/lebenlernen)

### Zu diesem Buch

Traditionelle therapeutische Sichtweisen führen psychische Probleme auf neurobiologische Störungen, innere Konflikte oder erlernte Denk- und Verhaltensmuster zurück. Doch der Blick auf das Individuum über- sieht entscheidende Zusammenhänge. In den 1950er Jahren leiteten der Anthropologe Gregory Bateson und der Psychiater Jürgen Ruesch einen Paradigmenwechsel ein, dessen Tragweite bis heute massiv unterschätzt wird. Ihre kybernetisch fundierte Kommunikationstheorie eröffnete eine völlig neue Sicht auf psychische Leiden und deutet sie schlüssig als Folge fehlgeleiteter Informationsverarbeitungs- und Kommunikationsprozesse – auf individueller, zwischenmenschlicher und gesellschaftlicher Ebene. Zeitgleich entwickelten visionäre Psychotherapeuten und -therapeutinnen bahnbrechende Methoden, die die therapeutische Praxis revolutionierten. Die kybernetische Perspektive erlaubt es, klinische Phänomene und moderne Therapieverfahren in einem neuen Licht zu verstehen.

Anhand fesselnder Biografien der Schlüsselfiguren zeichnet der Autor die Entstehung dieser richtungsweisenden Erkenntnisse nach und lädt dazu ein, die Grundannahmen psychotherapeutischer Schulen konstruktiv zu hinterfragen.

*Ein Must-Read für alle, die sich mit den Grundlagen der Psychotherapie auseinandersetzen wollen – fundiert, vielschichtig und hochaktuell.*

Wolfgang Walker

# **Abenteuer Kommunikation**

Auf den Spuren der Wegbereiter  
moderner Psychotherapie –  
Eine Entdeckungsgeschichte

Klett-Cotta

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH

Rotebühlstr. 77, 70178 Stuttgart

Fragen zur Produktsicherheit: [produktsicherheit@klett-cotta.de](mailto:produktsicherheit@klett-cotta.de)

© 1996/2025 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH,  
gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte inklusive der Nutzung des Werkes für Text und  
Data Mining i. S.v. § 44b UrhG vorbehalten

Cover: Jutta Herden

unter Verwendung einer Abbildung von Vera Kuttelvaserova/Adobe Stock

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Kempten

Gedruckt und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck

ISBN 978-3-608-89322-9

E-Book ISBN 978-3-608-12330-2

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20676-0

10., überarbeitete und erweiterte Auflage, 2025

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.

Dies ist ein Buch über Menschen und ihre Suche nach Wegen zur Heilung und Linderung von Leid. Ihre bahnbrechenden Erkenntnisse eröffneten grundlegend neue Möglichkeiten therapeutischer Arbeit. Sie schufen die Grundlagen wahrhaft moderner Psychotherapie.

*Meiner Frau Meike  
für ein Leben in Liebe gewidmet*

# Inhalt

<b>Danksagung</b> .....	11
<b>Vorwort</b> .....	15
<b>Vorbemerkungen und Überblick</b> .....	19

<b>TEIL I Die fünf Grundmodelle psychotherapeutischer Welt- und Menschenbilder</b> .....	31
--	----

<b>1 Paradigmatische Voraussetzungen therapeutischer Systeme</b> .....	33
Die schamanistische Sichtweise .....	37
Die somatogenetische Sichtweise .....	45
Die psychodynamische Sichtweise .....	50
Die lerntheoretische Sichtweise .....	55
Der Neuansatz der Kommunikationstheorie .....	62
<b>2 Die Erforschung veränderungswirksamer therapeutischer Kommunikation</b> .....	67
Richard Bandlers Begegnung mit der Gestalttherapie .....	68
Bandlers Gestaltgruppen der Jahre 1971 und 1972 .....	72
Die Kooperation mit Frank Pucelik .....	77
Die Zusammenarbeit mit John Grinder .....	80
Die Anfänge des »Meta«-Projekts .....	86
Die Begegnung mit Virginia Satir .....	90
Die erste »Meta-Gruppe« .....	94
Die Begegnung mit Gregory Bateson .....	100
Die Begegnung mit Milton H. Erickson .....	105
Die Gruppen der Jahre 1974 bis 1977 .....	107
Grundlegende Charakteristika der frühen Forschungen .....	109

<b>TEIL II Die Theorie der Kommunikation</b> .....	113
--	-----

### **3 Gregory Bateson – der Wegbereiter systemischer**

<b>Therapiekonzepte</b> .....	115
Leben und Werk – ein Überblick .....	117
Auf dem Weg zu einer Theorie der Kommunikation .....	125
Die frühen anthropologischen Studien auf Papua-Neuguinea .....	125
Die Studien auf Bali .....	132
Exkurs: Die frühen Lerntheorien .....	138
Batesons Beiträge zur Lerntheorie .....	140
Resümee .....	144
Kybernetik, Kommunikationstheorie und die »Double Bind«-Hypothese zur Schizophrenie .....	148
Die kybernetische Perspektive der 1940er Jahre .....	148
Die Theorie kybernetisch vernetzter Kommunikation .....	150
Die Forschungen zur Schizophrenie und die Entstehung der »Double Bind«-Hypothese .....	163
Die Entwicklung nach der Veröffentlichung der »Double Bind«-Hypothese .....	172

### **TEIL III Die Praxis veränderungswirksamer**

<b>therapeutischer Kommunikation</b> .....	179
--	-----

### **4 Fritz Perls – Rebell und Erneuerer** ..... 181 |

Fritz Perls und die Entwicklung der Gestalttherapie .....	183
Die psychoanalytischen Lehrjahre .....	184
Exkurs: Zur Entwicklung der psychoanalytischen Behandlungstechnik .....	187
Der Übergang zur »Konzentrationstherapie .....	193
Die Frühform der klassischen Gestalttherapie .....	199
Die Entdeckung der »existentiellen Sackgasse« .....	206
Die Spätform der Gestalttherapie .....	209

<b>5 Virginia Satir – die »Grande Dame« der Familientherapie</b>	224
Der Werdegang Virginia Satirs .....	228
Grundlegende Konzepte Virginia Satirs .....	242
Psychotherapie und Spiritualität .....	242
Persönliches Wachstum und die Ganzheit des Selbst .....	246
Selbstwert und Kommunikation .....	251
Der Prozess der Kommunikation .....	255
Kongruenz und Inkongruenz .....	258
Ziele und Grundprinzipien der therapeutischen Arbeit Satirs .....	264
<b>6 Milton H. Erickson – der Magier der Kommunikation</b>	269
Zur Person Milton H. Ericksons .....	270
Der Lebensweg .....	270
Die Persönlichkeit Milton H. Ericksons .....	281
Milton H. Ericksons Auffassungen zur Psychotherapie .....	293
Ericksons atheoretischer Pragmatismus .....	293
Der Utilisationsansatz in der Psychotherapie .....	297
Ericksons Auffassung vom Unbewussten und die Ablehnung der Einsichtstherapie .....	301
Indirektheit als therapeutisches Prinzip .....	309
Ericksons Forderungen an Psychotherapeuten .....	315
<b>TEIL IV Die Grundlegung kommunikationstheoretisch fundierter Psychotherapie</b>	321
<b>7 Die kommunikationstheoretischen Modelle</b>	
<b>John Grinders und Richard Bandlers</b> .....	325
Die theoretische Perspektive .....	325
Die pragmatische Perspektive .....	329
Exkurs: Grundlegende Vorgehensweisen akademischer Psychotherapieforschung .....	334
Das kommunikationstheoretische Rahmenmodell .....	336
Das erkenntnistheoretische Rahmenmodell .....	339
Das »Meta-Modell« therapeutisch wirksamer Sprache .....	345



Sinnesspezifische Prädikate, Repräsentationssysteme und nonverbale Zugangshinweise .....	355
Hypnotische Sprachmuster, Trancezustände und das Konzept der »Transderivationalen Suche« .....	366
Die Erforschung veränderter Bewusstseinszustände .....	373
Nonverbale Markierungen und das Konzept des »Ankerns« .....	375
Die Struktur der subjektiven Erfahrung .....	379
Das Konzept der Submodalitäten .....	388
 <b>8 Weitere kommunikationstheoretisch begründbare Therapiemodelle .....</b>	 394
 <b>Epilog .....</b>	 405
 <b>ANHANG .....</b>	 407
<b>Literatur .....</b>	409
<b>Sachregister .....</b>	427
<b>Personenregister .....</b>	453
<b>Der Autor .....</b>	461

## TEIL I

# **Die fünf Grundmodelle psychotherapeutischer Welt- und Menschen- bilder**

## KAPITEL 1

# Paradigmatische Voraussetzungen therapeutischer Systeme

Was bewegt den Menschen zum Handeln? Wie erklären sich die – oft gravierenden – Widersprüche in seinem Verhalten? Und welche Ursachen haben die vielfältigen Formen des Erlebens und Verhaltens, die heute gemeinhin als »psychische Erkrankungen« bezeichnet werden?

Schon seit grauer Vorzeit ist der Umgang mit Krankheit ein zentrales Thema jeglicher menschlichen Kultur. Das Bemühen, Wege zur Heilung und Linderung von Leid zu finden, reicht bis in prähistorische Zeiten zurück.

Die Suche nach Antworten – so lehrt ein Blick in die Geschichte – ist stets von paradigmatischen Vorannahmen über die Grundstruktur der Wirklichkeit selbst geleitet. Diese – so der berühmte Wissenschaftshistoriker THOMAS S. KUHN in seinem Klassiker »Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen« – sind grundlegende Prämissen, die selbst *nicht* zweifelsfrei beweisbar oder widerlegbar sind. Sie sind – bis zu einem gewissen Grad willkürliche – *Setzungen*, die sich auf folgende Fragen beziehen:

»Welches sind die Grundbausteine des Universums? Wie wirken sie aufeinander und auf die Sinne ein? Welche Fragen können sinnvoll über diese Bausteine gestellt und welche Methoden bei der Suche nach Lösungen angewandt werden?«<sup>12</sup>

---

12 Kuhn, Thomas S.: Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen (Zweite revidierte und um das Postskriptum von 1969 ergänzte Auflage). Suhrkamp, Frankfurt am Main 1981<sup>5</sup> (orig.: The Structure of Scientific Revolutions. University of Chicago Press, Chicago 1962, 1970), S.19

Und weiter:

»Die [eingenommenen] Positionen ... spezifizieren nicht nur, welche Entitäten das Universum bevölkern, sondern auch, welche es nicht enthält.«<sup>13</sup>

Die Antworten auf diese Fragen fallen – je nach Weltregion und Zeitepoche – verschieden aus. Jede menschliche Kultur besitzt sozial akzeptierte Formen der Wahrnehmung und des Erkenntnisgewinns. Aus ihnen resultieren Vorstellungen über den Aufbau der Welt und die grundlegende Natur des Menschen. Krankheitstheorien – und daraus abgeleitete Heilbehandlungen – sind unauflöslich mit diesen Glaubenssystemen verwoben.

Bis Mitte des 20. Jahrhunderts lassen sich auf die Frage nach der Natur »psychischer Störungen« – grob vereinfacht – vier ernst zu nehmende Antworten ausmachen: die schamanistische, die somatogene, die psychodynamische und die lerntheoretische Sichtweise. Sie alle leisten wertvolle Beiträge zur Linderung von Leid.<sup>14</sup>

Jede dieser Auffassungen beruht auf einer unterschiedlichen Art, die Welt zu erleben; und jede dieser Varianten des Erlebens führt zu anderen Annahmen über die Beschaffenheit der Wirklichkeit und des Menschen. Es überrascht daher kaum, dass auch die daraus abgeleiteten Folgerungen für die praktische Heilkunst höchst verschieden sind.

13 Ebd. S. 21 [Ergänzung: Wolfgang Walker]

14 Der Begriff der »psychischen Störung« ist in diesem Zusammenhang mit Vorsicht zu behandeln: Zum einen beinhaltet er Vorannahmen und Wertungen, die dem jeweiligen Zeitgeist entspringen. Zum anderen setzt er einen allgemeinverbindlichen Begriff der »seelischen Normalität« voraus, der weit und breit nicht zu erkennen ist. Der Begriff der »psychischen Störung« meint hier also lediglich ein von der jeweiligen kulturellen und sozialen Norm abweichendes Erleben und/oder Verhalten. Darüber hinaus ist bis heute keineswegs zweifelfrei geklärt, worin das Wesen solcher »Störungen« besteht. Studiert man die Erklärungsmodelle unterschiedlicher Therapieschulen, so wird deutlich, dass diesbezüglich selten Einigkeit herrscht. Im klinischen Alltag wird dies häufig durch einen verbreiteten Denkfehler kaschiert. Man belegt abweichende Formen des Erlebens und Verhaltens mit einem diagnostischen Etikett und betrachtet dieses – in einem Zirkelschluss – als »Ursache« für das Phänomen: »Es fällt ihr schwer, stabile Beziehungen aufrechtzuerhalten, weil sie an einer »Borderline-Persönlichkeitsstörung« leidet.«

Der britische Psychiater und Neurowissenschaftler IAIN MCGILCHRIST, einer der Universalgelehrten unserer Zeit, formulierte in diesem Zusammenhang eine faszinierende These, die international großes Aufsehen erregte: Demnach nutzen die linke und die rechte Gehirnhälfte grundlegend verschiedene Arten der Informationsverarbeitung und Aufmerksamkeitssteuerung. Weltbilder und Kulturepochen – so MCGILCHRIST – lassen sich danach unterscheiden, ob die Hemisphären ausbalanciert zusammenwirken oder eine Seite funktional dominiert. Dementsprechend verändere sich das subjektive Erleben der Wirklichkeit.<sup>15</sup>

Die rechte Hemisphäre des Gehirns nimmt die Welt auf ganzheitliche und intuitive Weise wahr. Sie verarbeitet Informationen gleichzeitig und ordnet diese in deren Kontext ein. Anstatt sich auf Details zu konzentrieren, erfasst sie Muster und Zusammenhänge. Daher ist sie in der Lage, »Synchronizitäten« zu erkennen.<sup>16</sup> Die rechte Hirnhälfte verarbeitet und differenziert emotionale Zustände und nonverbale soziale Signale wie Gestik, Mimik und Tonfall. Durch ihre Fähigkeit, die Welt mit emotionaler Tönung zu erleben, erlaubt sie ein ganzheitliches Verständnis der Umgebung. Sie ermöglicht Kreativität, Inspiration und überraschende intuitive Einsichten.

Die linke Hemisphäre – auch Sitz des Sprachzentrums – befähigt zu logisch-rationalem Denken. Sie begegnet der Welt analytisch. Im Unterschied zur rechten Hemisphäre zerlegt sie komplexe Aufgaben in einzelne Schritte. Sie isoliert Details und verarbeitet Informationen nacheinander. Darüber hinaus dient sie der Verarbeitung und Manipulation von symbolischen Repräsentationen und Zahlen.

Die rechte Hemisphäre erlebt die Welt *direkt*, während die linke Gehirnhälfte deren Erleben abstrahiert und lediglich »re-präsentiert«. MCGILCHRIST schreibt:

15 Diese These und deren empirische Untermauerung sind Gegenstand von McGilchrist, Iain: *The Master and His Emissary. The Divided Brain and the Making of the Western World*. Yale University Press, New Haven London 2010.

16 Unter dem Begriff der »Synchronizität« versteht man das Phänomen der subjektiv als bedeutsam erlebten »merkwürdigen Zufälle«. Diese sind Gegenstand einer Schrift des Psychoanalytikers Carl Gustav Jung mit dem Titel »Synchronizität als ein Prinzip akausaler Zusammenhänge« (veröffentl. in: Jung, C. G./Pauli, Wolfgang: *Naturerklärung und Psyche*. Rascher, Zürich 1952)

»Die Welt der linken Hemisphäre, abhängig von begrifflicher Sprache und Abstraktion, erzeugt Klarheit und die Fähigkeit, Dinge zu manipulieren, die bekannt, unveränderlich, feststehend, isoliert, dekontextualisiert, eindeutig, entkörperlicht, ihrer Natur nach allgemein, jedoch letztlich entseelt und leblos sind.

Im Unterschied hierzu bringt die rechte Hemisphäre eine Welt individueller, sich verändernder, sich entwickelnder, miteinander verbundener, implizit personifizierter lebender Wesen innerhalb des Kontextes einer real gelebten Lebenswelt hervor, die ihrer Natur nach niemals vollständig erfassbar, stets nur unvollständig bekannt ist – und zu der sie in einer Beziehung der Fürsorge steht. Das Wissen, das durch die linke Hemisphäre vermittelt wird, ... hat den Vorteil der Perfektion, aber eine derartige Perfektion wird letztlich um den Preis einer Leere, einer Selbstbezüglichkeit erkaufte. Sie kann Erkenntnisse nur in Form einer mechanischen Reorganisation anderer bereits bekannter Dinge hervorbringen. Sie kann niemals wirklich ›ausbrechen‹, um etwas Neues zu erkennen, da ihr Wissen lediglich aus ihren eigenen Re-Präsentationen besteht. Während der Gegenstand selbst nur für die rechte Hemisphäre ›präsent‹ ist, wird er von der linken Hemisphäre lediglich ›re-präsentiert‹, indem er nun zur *Idee* eines Gegenstands geworden ist.«<sup>17</sup>

17 McGilchrist 2010, S. 174 f [Übersetzung: Wolfgang Walker]. McGilchrists Hemisphären-Hypothese wirft ein interessantes Licht auf die hochtechnisierten Gesellschaften der Gegenwart. In ihnen manifestiert sich derzeit eine kollektiv zunehmende linkshemisphärische Dominanz. Dies zeigt sich in der umfassenden Digitalisierung sämtlicher Lebensbereiche. Die Entwicklung softwarebasierter Technologien beruht fast ausschließlich auf der linkshemisphärischen Aktivität, abstrakte Symbole zu manipulieren. Dies spiegelt sich direkt in den Leitvisionen des Silicon Valleys wider. Unter – qualitative und emotionale Aspekte des menschlichen Lebens weitgehend ausblenden – Effizienzgesichtspunkten werden in globalem Maßstab soziale Welten und Lebensvollzüge umgeformt und vereinheitlicht. »Soziale« Medien ersetzen gelebte soziale Beziehungen zunehmend durch deren digitale Re-Präsentation. Ein weiteres Beispiel ist die Vision der modernen Robotik. Man strebt an, rechnergesteuerte Automaten nicht mehr nur als industrielles Produktionsmittel zu nutzen. Der Entwurf einer von Künstlicher Intelligenz beherrschten schönen neuen Welt steuert darauf zu, gefühls- und bewusstseinsbegabte Menschen in immer mehr Lebensbereichen durch – als prinzipiell gleichwertig betrachtete – intelligente Roboter zu ersetzen. Der inhärenten Blindheit für – nur subjektiv erlebbare – Beziehungsqualitäten folgend, soll diese Entwicklung auch Kernbereiche menschlichen Lebens erfassen; komplexes Beziehungserleben in Partnerschaften, Sexualität, Pflege, Medizin und Psychotherapie werden auf rein funktionale Aspekte verengt.

Je nachdem, ob ein Weltentwurf aus der ausgewogenen Zusammenarbeit beider Hirnhälften oder der Dominanz einer Hemisphäre hervorgeht, unterscheidet sich die Beschreibung der Wirklichkeit.<sup>18</sup>

## Die schamanistische Sichtweise

Animistisch geprägte Kulturen erleben die Welt als von beseelten Kräften durchzogen. Diese Vorstellung ist so alt wie die Menschheit selbst. Sie findet sich zu allen Zeiten und in allen Regionen der Erde. Noch im 21. Jahrhundert beeinflusst sie – unbeeindruckt von den erstaunlichen wissenschaftlichen und technischen Errungenschaften der Moderne – das Leben und den Alltag weiter Teile der Weltbevölkerung. Schon von alters her begründete sie die Praxis der Magie und des schamanistischen Heilens.<sup>19</sup>

Animistisch geprägte Zivilisationen betrachten die Welt als ein lebendes, bewusstes und multidimensionales Wesen. Unzugänglich für die Sinnesorgane des Körpers wirkt in dessen materieller Ausdrucks-

---

Auch die ungehemmte – alles auf abstrakte Zahlenwerte reduzierende – Ökonomisierung der Welt ist ein Zeugnis linkshemisphärischer Dominanz. Im Zeitalter globaler Finanzströme wird Lebendes wie Totes vorwiegend unter Gesichtspunkten monetärer Verwertbarkeit betrachtet. Abgeschnitten vom Erleben der Folgen ihrer Entscheidungen, sind die Akteure auf die Maximierung abstrakter Kennziffern fokussiert. Erste Wirkungen der aktuell beobachtbaren Entwicklung sind McGilchrist zufolge der fortschreitende Zerfall der Bindekräfte postmoderner Gesellschaften sowie die Zunahme psychischer Erkrankungen. Beides könne als direkte Folge eines dominant linkshemisphärischen In-der-Welt-Seins verstanden werden (vgl. hierzu ebd. S. 428–440).

- 18 In seinem monumentalen zweibändigen Werk »The Matter With Things – Our Brains, Our Delusions, and the Unmaking of the World (Volume I and II)« (Perspectiva Press, London 2021) bespricht McGilchrist ca. 5500 empirische Studien, die seine These schlüssig untermauern. Zugleich beschreibt er sorgfältig, welches *Welt-erleben* – und welche *Grundkategorien des Denkens*, in denen dieses verstehend erfasst wird – sich aus den unterschiedlichen Funktionsweisen der Hirnhemisphären ergeben.
- 19 Als Klassiker der modernen wissenschaftlichen Schamanismusliteratur gilt Eliade, Mircea: Schamanismus und archaische Ekstasetechnik. Suhrkamp, Frankfurt am Main 2016<sup>16</sup> (orig.: Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase. Payot, Paris 1951). Eine neuere Darstellung des Schamanismus und seiner modernen Rezeptionsgeschichte findet sich in Znamenski, Andrei. A.: The Beauty of the Primitive – Shamanism and the Western Imagination. Oxford University Press, Oxford New York 2007.

form eine Vielzahl immaterieller Kräfte. Alles, was existiert, ist ein individuierter Teil dieses Wesens und von einer lebensspendenden Essenz beseelt. Menschen, Tiere und Pflanzen – aber auch scheinbar unbelebte Gegenstände sowie Orte, Berge, Flüsse und Winde – besitzen immaterielle »Seelen«. Diese weisen eine energetische Signatur auf, die als »Ausstrahlung« oder »Atmosphäre« *erspürt* werden kann.<sup>20</sup>

Mitglieder solcher Kulturen sind von einem Leben nach dem Tod überzeugt. Viele vertreten das Konzept der Reinkarnation. Demnach verleihen sich »Seelen« von Zeit zu Zeit Ausdruck in der materiellen Dimension. Doch ihre Inkarnationen sind zeitlich begrenzt. Ziehen sie sich aus der Materie zurück, so existieren und wirken sie in nicht-physischen Wirklichkeiten weiter. Diese wiederum – so die animistische Überzeugung – sind von Myriaden weiterer, niemals inkarnierender Wesen bevölkert. Deren Bildnisse zieren – mit Ausnahme muslimischer Kultstätten – die Fassaden von Kirchen und Tempeln in aller Welt.

»Götter«, »Dämonen«, »Geister« und die »Seelen« Verstorbener – sie alle besitzen ein gewisses Maß an »Macht«, mit der sie das Handeln und Erleben des Menschen beeinflussen können. Sie sind immaterielle

---

20 Das animistische Postulat der Existenz immaterieller Dimensionen der Wirklichkeit erscheint dem aufgeklärten modernen Menschen zunächst befremdlich. Bedenkt man jedoch die Erkenntnisse der Neuro- und Sinnesphysiologie, so erscheint diese Annahme weit weniger bizarr. Demnach ist die von Menschen wahrgenommene alltägliche Realität nicht nur das Resultat eines hochkomplexen Informationsverarbeitungsprozesses im Gehirn. Die Sinnesorgane des Menschen wechselwirken überdies nur mit einem Bruchteil dessen, was sie nachweisbar umgibt. Ein Beispiel mag dies verdeutlichen: Das bekannte elektromagnetische Spektrum erstreckt sich von extrem hochfrequenten Gammastrahlen mit einer Frequenz um  $10^{22}$  Hz und einer Wellenlänge in atomaren Größenordnungen über Röntgenstrahlen, Ultraviolettstrahlen, für den Menschen sichtbares Licht, Infrarotstrahlen und Mikrowellen bis hin zu Radiowellen im »Extremely Low Frequency«-Bereich mit Frequenzen ab 3 Hz und Wellenlängen bis zu 100 000 km. Das menschliche Auge wechselwirkt jedoch nur mit Wellenlängen zwischen 380–750 Nanometern ( $10^{-9}$  m) und Frequenzen im Bereich von 400–790 Terahertz ( $10^{12}$  Hz). Mit anderen Worten: Die den Menschen umgebende sichtbare materielle Welt ist in Wirklichkeit ein extrem reduziertes Sinneskonstrukt der tatsächlichen Umgebung. Es gibt auch keinen stichhaltigen Beweis für die gängige These, dass subjektiv erlebte Empfindungen, Emotionen, Gedanken, Vorstellungsbilder und das Bewusstsein emergente Phänomene komplexer neuronaler und neurophysiologischer Prozesse sind. Es lässt sich daher auch nicht zweifelsfrei ausschließen, dass diese Wahrnehmungsphänomene – wie im Animismus angenommen – eine Manifestation eigenständiger, nicht-physischer Wirklichkeitsebenen sind, mit denen immaterielle Dimensionen des Menschen wechselwirken und die seiner Wahrnehmung daher prinzipiell zugänglich sind.



Wirkkräfte, die je nachdem »gut«, »böse«, »hilfreich«, »boshaft« usw. sind. Der Mensch ist ihrer Willkür bis zu einem gewissen Grad ausgeliefert. Daher ist es unumgänglich, ein wohlwollendes Verhältnis zu ihnen zu pflegen.

Mit diesem Weltbild geht ein tiefer Respekt vor anderen Lebewesen, der Natur und nicht-physischen Dimensionen der Wirklichkeit einher. Was auf materieller Ebene getrennt erscheint, ist für animistisch geprägte Kulturen aufs Engste in einem dynamischen Netzwerk von Beziehungen und Wechselwirkungen miteinander verwoben. Folglich muss alles mit Rücksicht behandelt werden. Lebenspraktiken und Rituale animistischer Kulturen zielen darauf ab, das Gleichgewicht der Wirkmächte in der Welt zu bewahren. Dies sichert das harmonische Gleichgewicht der Kräfte – und damit das eigene Wohlergehen.

Die maßlose Ausbeutung von – als tote Materie verstandenen – natürlichen Ressourcen ist seit der abendländischen Antike ein Alleinstellungsmerkmal technisierter, dominant linkshemisphärisch geprägter Zivilisationen. Aus animistischer Sicht ist ein solch rücksichtsloses Vorgehen unvernünftig, destruktiv und letztlich selbstzerstörerisch.

Animistische Vorstellungen und schamanistische Praktiken beruhen auf Erfahrungen in nicht-alltäglichen Bewusstseinszuständen, die aufgeklärten, modernen Kulturen eher fremd sind: Seelenreisen<sup>21</sup>,

21 Das in der Antike als »Seelenreise« bezeichnete Phänomen wird heute »außerkörperliche Erfahrung« (out-of-body experience/OBE) genannt. Dabei handelt es sich um ein in schlafähnlichen, aber vollständig wachbewussten Zuständen auftretendes Erleben. Eine Vielzahl von Menschen berichten von der Erfahrung, sich mit ihrem Bewusstsein vom eigenen Körper lösen und wegbewegen zu können. Eine 1984 vom Brain and Perception Laboratory der Medical School an der Universität Plymouth durchgeführte postalische Befragung von 593 zufällig ausgewählten Einwohnern der Stadt ergab, dass 12 % der Befragten selbst außerkörperliche Erfahrungen erlebt hatten (vgl. zu den Ergebnissen dieser und anderer statistischer Untersuchungen Blackmore, Susan J.: A Postal Survey of OBEs and Other Experiences. *Journal of the Society for Psychical Research*, 1984, Vol. 52, No. 796, S. 225–244). In der Fülle vorliegender Erfahrungsberichte werden Erkundungen alltäglicher wie auch nicht-physischer Wirklichkeiten geschildert. Die im 20. Jahrhundert einflussreichste Veröffentlichung zu diesem Thema ist Monroe, Robert A.: *Der Mann mit den zwei Leben*. Heyne, München 2005 (orig.: *Journeys Out of the Body*. Doubleday, New York 1971). Eine gelungene Darstellung der Spezifika der durch OBEs erfahrbaren Wirklichkeiten findet sich in Leland, Kurt: *Otherworld – A Field Guide to Non-physical Reality for the Out-of-Body Traveler*. Hampton Roads, Charlottesville, VA 2001. OBEs praktizierende Menschen sind in der Regel davon überzeugt, ein unabhängig vom Körper existierendes Bewusstsein zu sein. Als Erfahrungsphänomen

## Nahtoderlebnisse<sup>22</sup>, Erfahrungen unter dem Einfluss psychoaktiver Pilze und Pflanzen sowie ekstatischer Praktiken<sup>23</sup>, introspektive Trance-

unzweifelhaft gesichert, ist die Erklärung von OBEs jedoch höchst umstritten. Das Spektrum reicht von spirituellen bis zu rein hirnpfysiologischen Erklärungsmustern. Ein früher Bericht über Erfolge, Schwierigkeiten und Misserfolge bei der wissenschaftlich-empirischen Erforschung des Phänomens stammt von dem international renommierten Professor für Psychologie an der University of California in Davis und Mitbegründer der Transpersonalen Psychologie Charles Tart (Das Übersinnliche. Forschungen über einen Grenzbereich psychischen Erlebens. Klett-Cotta, Stuttgart 1986 (orig.: PSI – Scientific Studies of the Psychic Realm. Dutton, New York 1977)), S. 222–248. Weitere – später von Tart durchgeführte – Experimente zur Überprüfung der Frage, ob es sich dabei um ein reales Verlassen des Körpers oder bloße Halluzinationen handelt, finden sich in Tart, Charles: The End of Materialism – How Evidence of the Paranormal is Bringing Science and Spirit Together. New Harbinger Publications, Oakland 2009, S. 189–224. Eine Darstellung und Diskussion wissenschaftlicher Literatur zu diesem Themenkomplex findet sich in Kelly, Edward F./Kelly, Emily Williams: Irreducible Mind – Toward a Psychology for the 21st Century. Rowman & Littlefield, Lanham 2010, S. 367–421. Beispielhaft für eine kritisch-reflektierende, experimentell orientierte Auseinandersetzung mit derartigen Erfahrungen ist eine Veröffentlichung des am Fachbereich Klinische Psychologie der Universität von Montreal arbeitenden Forschers Frederick Aardema (Explorations in Consciousness – A New Approach to Out-of-Body Experiences. Mount Royal Publishing, Mount Royal, Québec 2012). Eine Einführung in methodologische Aspekte der wissenschaftlich validen Erforschung paranormaler Phänomene bietet Mayer, Gerhard/Schetsche, Michael/Schmied-Knittel, Ina/Vaitl, Dieter (Hrsg.): An den Grenzen der Erkenntnis – Handbuch der wissenschaftlichen Anomalistik. Schattauer, Stuttgart 2015.

- 22 Das Phänomen der »Nahtoderfahrungen« (near-death experiences/NDE) wird seit den 1970er Jahren systematisch empirisch erforscht. Dabei handelt es sich um das Erleben eines Teils vorübergehend klinisch toter Menschen, die berichten, ihren Körper verlassen und diesen aus einer Außenperspektive wahrgenommen zu haben und/oder in andere Dimensionen der Wirklichkeit eingetreten zu sein. Umfassende Informationen zum aktuellen Stand der Forschungen sowie eine Diskussion unterschiedlicher Interpretationen der Befunde finden sich in Lommel, Pim van: Endloses Bewusstsein – Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung. Patmos, Ostfildern 2011<sup>5</sup> (orig.: Eendeloos bewustzijn – Een wetenschappelijke visie op de bijna-dood ervaring. Ten Have, Kampen 2007). Eine reichhaltige, hervorragend strukturierte und mit einem umfassenden Literaturapparat versehene kulturgeschichtliche Materialsammlung zu diesen Erfahrungen findet sich in Duerr, Hans-Peter: Die dunkle Nacht der Seele – Nahtoderfahrungen und Jenseitsreisen (Insel Verlag, Berlin 2015). Die von dem bedeutenden deutschen Ethnologen und Kulturhistoriker zusammengetragenen Zeugnisse umfassen unterschiedlichste Epochen und Kulturen. Neben kulturspezifischen Besonderheiten werden auch strukturelle Gemeinsamkeiten derartiger Erlebnisse diskutiert.
- 23 Ein umfassender Überblick zu diesem Themenkreis findet sich in Cardaña, Etzel/Winkelman, Michael (Eds.): Altering Consciousness. Vol. 1: Multidisciplinary Perspectives: History, Culture, and the Humanities und Vol. 2. Multidisciplinary Perspectives: Biological and Psychological Perspectives. Praeger, Santa Barbara, Calif., 2011.

zustände, besondere Arten von Träumen und Visionen sowie das »Channeln« geistiger Wesen<sup>24</sup> gelten als legitime Werkzeuge der Informationsgewinnung.

Imaginative Wahrnehmungen werden – anders als in wissenschaftlich-technisch geprägten Gesellschaften – *nicht* ausschließlich als selbst erzeugte »Einbildungen« verstanden. Vielmehr gilt die menschliche Imagination als Wahrnehmungsorgan für nicht-physische Wirklichkeiten, denen eine unabhängige Existenz jenseits der materiellen Ebene zugesprochen wird. Werden die Ursachen seelischer oder körperlicher Probleme dort vermutet, finden therapeutische Interventionen auch in imaginativ erlebten Wirklichkeiten statt. In verblüffender Übereinstimmung entwickelten sich auf dieser Grundlage weltumspannend strukturell ähnliche Krankheitstheorien und therapeutische Praktiken, die heute gemeinhin als »Schamanismus« bezeichnet werden. Diese

---

24 Das Phänomen des »Channeling« ist Gegenstand einer zum Klassiker avancierten Studie von Arthur Hastings (*With the Tongues of Men and Angels – A Study of Channeling*. Holt, Rinehart and Winston, Fort Worth 1991). In früherer Zeit als Prophetie, Inspiration durch die Musen, Offenbarung, Kommunikation mit Geistwesen, Mediumismus und ähnliches bezeichnet, bezieht sich der moderne Terminus des Channeling auf ein – sich in passiv-rezeptiven Trancezuständen vollziehendes – geistiges Erfassen von Sachverhalten, Wissen oder kreativen Inspirationen. Die menschliche Imagination (altgr. *phantasia*) wird dabei nicht nur als produktiv-schöpferisches Vermögen, sondern auch als übersinnliches Wahrnehmungsorgan für Informationen aus nicht-physischen Wirklichkeiten verstanden. Die intuitiv und jenseits rational-diskursiven Denkens gewonnenen Informationen, künstlerischen Ideen oder persönlichen Unterweisungen scheinen dabei von nicht-physischen Wesen zu stammen und überschreiten den wachbewussten Verständnishorizont des medial veranlagten Menschen oft weit (vgl. hierzu ebd. S.xi). Anders als heute war die Erforschung dieser Praktiken auch Gegenstand der frühen akademischen Psychologie. Selbst eine Größe des Fachs wie William James, der Begründer der amerikanischen wissenschaftlichen Psychologie und ein bedeutender Vertreter der Philosophie des Pragmatismus, widmete diesen Phänomenen seine Aufmerksamkeit. Ihre Erforschung ermöglichte seiner Auffassung zufolge eine umfassendere Sicht auf die Natur des Psychischen. Eine interessante historische Studie zu James' Forschungen ist Blum, Deborah: *Geisterjäger – William James und die Jagd nach Beweisen für ein Leben nach dem Tod*. Wilhelm Goldmann Verlag, München 2007 (orig.: *Ghost Hunters*. The Penguin Press, New York 2006). Eine Darstellung der nach wie vor aktuellen grundlegenden Positionen James' zur Bedeutung paranormaler Phänomene und metaphysischer Fragestellungen für die Wissenschaft der Psychologie findet sich in Taylor, Eugene: *William James on Exceptional Mental States. The 1896 Lowell Lectures*. The University of Massachusetts Press, Amherst 1984 sowie Taylor, Eugene: *William James on Consciousness Beyond the Margin*. Princeton University Press, Princeton, New Jersey 1996.

Vorstellungen fanden auch Eingang in einige moderne, interventionsorientierte Therapieverfahren.<sup>25</sup>

Psychische Störungen sind aus schamanistischer Sicht eine Auswirkung von »Besessenheit«, die Folge des Verlusts eigener »Seelenanteile«, ein Resultat der Beeinflussung durch »schwarze Magie« oder »karmisch bedingt«.<sup>26</sup>

So können seelische und körperliche Erkrankungen die Folge eines Anhaftens nicht-physischer Wesen sein. Auf Abwege geratene Verstorbene, boshafte Geister und dämonische Kräfte besitzen demnach die Möglichkeit, sich mit den immateriellen, seelischen Anteilen des Menschen zu verbinden. Unter ihrem Einfluss kommt es zu Unstimmigkeiten und Störungen im Denken, der Vorstellungswelt, dem emotionalen Erleben, dem Verhalten und körperlichen Regulationsprozessen. Die Entfernung derartiger Fremdeinwirkungen gilt folglich als vorrangiges therapeutisches Ziel.<sup>27</sup>

25 Ein bemerkenswertes Handbuch zur Durchführung schamanismushnaher Imaginationsverfahren im Rahmen moderner Psychotherapie ist der einflussreiche Klassiker von Baldwin, William J.: *Spirit Releasement Therapy. A Technique Manual*. Headline Books, Terra Alta 2009<sup>11</sup> (Erstveröffentl. 1991). Weitere interessante Ausführungen und Fallbeispiele finden sich in Modi, Shakuntala: *Remarkable Healings. A Psychiatrist Discovers Unsuspected Roots of Mental and Physical Illness*. Hampton Roads, Charlottesville, VA 1997 sowie Zinser, Thomas: *Soul-Centered Healing – A Psychologist's Extraordinary Journey Into the Realms of Sub-Personalities, Spirits, and Past Lives*. Union Street Press, Grand Rapids 2010.

26 Vgl. hierzu die interessanten Erläuterungen Henri F. Ellenbergers in seinem Klassiker »Die Entdeckung des Unbewussten. Geschichte und Entwicklung der dynamischen Psychiatrie von den Anfängen bis zu Janet, Freud, Adler und Jung«. Diogenes, Zürich 2005<sup>2</sup> (orig.: *The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. Basic Books, New York 1970), S. 21–78. Es versteht sich hier von selbst, dass die jahrtausendealten schamanistischen Praktiken in Wirklichkeit wesentlich differenziertere Vorstellungen zu diesem Problemkreis haben. Angesichts der Tatsache, dass diesen Systemen ein uraltes Erfahrungswissen zugrundeliegt, verwundert es nicht, dass sich die paradigmatischen Voraussetzungen magisch-schamanistischer Heilverfahren bei näherem Studium als außerordentlich subtil erweisen. (Vgl. hierzu etwa Markides, Kyriacos C.: *Der Magus von Strovolos. Die faszinierende Welt eines spirituellen Heilers*. Droemersch Verlagsanstalt Th. Knaur Nachf., München 1988 (orig.: *The Magus of Strovolos*. Penguin Books, London 1985)).

27 Vgl. hierzu Ellenberger 2005<sup>2</sup>, S. 35–49 sowie Baldwin 2009<sup>11</sup>, S. 199–411 und Modi 1997, S. 191–362. In jüngster Zeit ergab sich diesbezüglich eine interessante Entwicklung im Rahmen der international renommierten Therapieschule der »Internal Family Systems Therapy (IFS)«. Richard C. Schwartz, der Begründer des Ansatzes, war zu Beginn seiner Laufbahn in den 1970er Jahren von den systemisch-ökologischen Konzepten Gregory Batesons, der Palo-Alto-Gruppe und des Mental Research Institute (MRI) sowie den Familientherapeuten Salvador Minuchin, Murray Bowen

In anders gelagerten Fällen werden Erkrankungen auf den traumatisch bedingten Verlust eigener Seelenanteile zurückgeführt. Der therapeutische Leitgedanke ist hier, diese wiederzufinden, zu heilen, zu den Leidenden zurückzubringen und erneut mit diesen zu verschmel-

---

und Virginia Satir beeinflusst. In den späten 1980er Jahren begann er, die systemischen Prinzipien auf das Innenleben hochtraumatisierter psychiatrisierter Klienten anzuwenden. Aus den phänomenologisch gewonnenen Daten entwickelte er ein explizit psychodynamisch konzipiertes Modell des Psychischen. Er konzipierte es nicht als Ausdruck eines monolithischen »Ichs«, sondern als komplexes System – bestehend aus einem »Selbst« und einer Fülle unterschiedlicher »Teile«. Diese »Teile« werden als eigenständige und real vorhandene Subpersönlichkeiten verstanden. Sie befinden sich in unterschiedlichen Lebensaltern, agieren autonom, verfolgen eigene Absichten und verfügen über eigene Emotionen, Ausdrucksstile, Aufgaben, Fähigkeiten, Wünsche und Sichtweisen auf die Welt. Gravierende klinische Symptomatiken resultieren Schwartz' Modell zufolge aus Konflikten zwischen diesen »Teilen« – aus seelischen »Lasten« (burdens), die einige dieser »Teile« aufgrund massiver Verletzungen in sich tragen sowie den Versuchen anderer »Teile«, mit den damit einhergehenden extremen Emotionen und Handlungsimpulsen umzugehen. Dabei unterscheidet Schwartz zwischen auf eigenen Erfahrungen beruhenden »persönlichen Lasten« (personal burdens) und »Erblasten« (legacy burdens), die auf traumatisierende Erfahrungen familiärer Vorfahren, einer Ethnie oder einer ganzen Kultur zurückgehen. IFS-Therapeuten erkunden diese »innere Großfamilie« in einem hypnotherapeutischen Dialog mit den »Teilen« und versuchen, das »innere Familiensystem« auszubalancieren und zu harmonisieren. (Vgl. hierzu Schwartz, Richard C./Sweezy, Martha: Systemische Therapie mit der inneren Familie. Vollständig überarbeitete und erweiterte Neuauflage. Klett-Cotta, Stuttgart 2021 (orig.: Internal Family Systems Therapy. Second Edition. The Guilford Press, New York 2020)). Schwartz war – in Anlehnung an eine Grundüberzeugung Virginia Satirs – lange Jahre fest davon überzeugt, dass *alle* intrapsychisch identifizierbaren und wirksamen »Teile« eine »positive Absicht« für die Klienten verfolgen. Doch die bei Therapiesitzungen gewonnenen Daten stellten diese Vorannahme zunehmend in Frage. Demzufolge gibt es offenbar »Teile«, die über ein eigenes Bewusstsein verfügen, in keiner Weise mit der persönlichen oder kulturellen Vorgeschichte der Klienten verbunden sind und ausschließlich destruktive Absichten verfolgen. Nach langem Widerstand gegen die Implikationen dieses empirischen Befundes sah sich Schwartz genötigt, solche »Teile« als sog. »unverbundene Lasten« (unattached burdens) in sein Modell aufzunehmen. Er entschied sich jedoch, dieses Phänomen nicht öffentlich zu machen. In einer Zeit, in der wissenschaftliches Denken und das materialistische Weltbild ein scheinbar unauflösliches Amalgam bilden, befürchtete er – trotz spektakulärer Heilerfolge – die Diskreditierung seiner Arbeit in der psychotherapeutischen und psychiatrischen Fachöffentlichkeit. Daher thematisierte er das Phänomen nur im engen Kreis fortgeschrittener IFS-Therapeuten. (Vgl. hierzu Schwartz, Richard: Foreword. In: Falconer, Robert: The Others Within Us – Internal Family Systems, Porous Mind, and Spirit Possession. Great Mystery Press, Santa Cruz 2023, S. XIII–XX). Falconer, ein international renommierter IFS-Therapeut sowie Co-Autor von Schwartz, bietet in seinem Buch eine hochinteressante – in eine Vielzahl therapiehistorischer und kulturanthropologischer Bezüge eingebettete – Darstellung der Phänomenologie und praktischen Arbeit mit »unverbundenen Lasten«.

zen. Auf diese Weise wird die seelische Ganzheit und Lebensenergie der Person wiederhergestellt. Dieser Vorgang erfolgt – in der Regel unter Mitwirkung helfender nicht-physischer Wesen – im Rahmen von Seelenreisen des Schamanen oder einer therapeutischen Trance.<sup>28</sup>

Schädliche Fernwirkungen durch schwarze Magie und Zauberei sind ein weiteres Motiv schamanistischer Krankheitsätiologie. Diese werden durch einen Gegenzauber neutralisiert. Auch krankheitserzeugende – den normalen Sinnen entzogene – immaterielle Objekte können in die Person eingedrungen sein. Diese werden von nicht-physischen Helfern oder vom Heiler selbst extrahiert.<sup>29</sup>

Seelische oder körperliche Leiden können dieser Sichtweise zufolge auch auf extrem traumatisierende Erfahrungen in »früheren Leben« zurückzuführen sein. Auch besteht die Möglichkeit, dass sie ein – sich von der Seele selbst auferlegter – Ausgleich für Verfehlungen in vorangegangenen Inkarnationen oder schlicht der eigenen Entwicklung dienende Erfahrungen sind.<sup>30</sup>

28 Vgl. hierzu Ellenberger 2005<sup>2</sup>, S. 26–30 sowie Baldwin 2009<sup>11</sup>, S. 167–197 und Modi 1997, S. 363–413. Die Konzeption des Verlusts von Seelenanteilen steht in engem Bezug zum klinischen Phänomen traumatisch bedingter Dissoziation wie sie sowohl von Vertretern der »Internal Family Systems Therapy« als auch von der – auf John und Helen Watkins zurückgehenden – »Ego State«-Therapie thematisiert werden. (Vgl. hierzu Watkins, John G./Watkins, Helen H.: Ego-States – Theorie und Therapie: Ein Handbuch. Carl Auer Verlag, Heidelberg 2019<sup>4</sup> (orig.: Ego States – Theory and Therapy. W. W. Norton & Co., New York 1997)) Thomas Zinser, ein Vertreter der »Ego-State«-Therapie, benennt den Zusammenhang dissoziativer Phänomene mit dem schamanistischen Konzept der Abspaltung von Seelenanteilen explizit. (Vgl. hierzu Zinser 2010, S. 161–179).

29 Interessante Ausführungen hierzu finden sich in Modi 1997, S. 342–353.

30 Diese Auffassung wird auch von Vertretern der modernen Reinkarnationstherapie geteilt. Ein prominentes Beispiel sind die Fallschilderungen des international renommierten Psychiaters und emeritierten Leiters der psychiatrischen Abteilung am Mount Sinai Medical Center Miami, Brian L. Weiss in: Heilung durch Reinkarnationstherapie – Ganzwerdung durch die Erfahrung früherer Leben. Ullstein, Berlin 2007 (orig.: Through Time Into Healing: Discovering the Power of Regression Therapy to Erase Trauma and Transform Mind, Body and Relationships. Simon & Schuster, New York 1992). Die wissenschaftliche Erforschung des Reinkarnationsphänomens erfolgte im Rahmen eines ausgedehnten Forschungsprogramms an der School of Medicine der University of Virginia in Charlottesville. Ian Stevenson, langjähriger renommierter Professor für Psychiatrie und Begründer der dortigen »Division of Perceptual Studies«, überprüfte über fünf Jahrzehnte hinweg unter großem Aufwand Fälle, in denen Kinder angaben, Erinnerungen an ein vergangenes Leben zu haben und das Leben eines kurz vor ihrer Geburt verstorbenen Menschen erstaunlich detailliert schilderten. Gemeinsam mit seinem Forschungsteam doku-

Die Klärung der Ursache des Leidens und die daraus abgeleitete Behandlung obliegen in animistisch geprägten Kulturen zu weiten Teilen dem Schamanen. In modernen, schamanismusverwandten Psychotherapieverfahren wirken Therapeuten und Klienten arbeitsteilig zusammen.

## Die somatogenetische Sichtweise

Einen vollkommen anderen Standpunkt nahm der griechische Arzt HIPPOKRATES (ca. 460–370 v. Chr.) ein. Er begründete eine Ärzteschule, deren grundlegender Ansatz die abendländische Medizin bis heute dominiert.<sup>31</sup>

HIPPOKRATES stand im Austausch mit antiken Sophisten und dem fast gleichaltrigen griechischen Philosophen DEMOKRIT. Dieser hatte mit seinem Lehrer LEUKIPP das erste materialistische Weltbild des Abendlands entworfen und mehrere medizinische Bücher verfasst.

LEUKIPP und DEMOKRIT betrachteten das All als unentstandenen, grenzenlosen, unveränderlichen, unbewegten und absolut leeren Raum. In diesem befänden sich unendlich viele, aus sich selbst heraus

---

mentierte Stevenson insgesamt 3000 solcher Fälle aus aller Welt. Er veröffentlichte eine Vielzahl wissenschaftlicher Publikationen und einige Bücher zu diesem Thema. (Vgl. hierzu etwa Stevenson, Ian: *Children Who Remember Previous Lives: A Question of Reincarnation*. McFarland & Company, Jefferson, North Carolina 2001.) Zur praktisch-therapeutischen Arbeit vgl. Baldwin 2009<sup>31</sup>, S. 65–166 und Modi 1997, S. 105–189.

- 31 Vielgestaltiges Zeugnis des auf Hippokrates zurückgehenden ärztlichen Handwerks ist das sog. »Corpus Hippocraticum« – eine Sammlung antiker Schriften, die rund sechzig verschiedene Werke in siebzig Büchern umfasst. Welche dieser Aufzeichnungen auf Hippokrates selbst zurückgehen, ist nicht mit letzter Sicherheit bestimmbar. Inhaltliche Unterschiede sowie sprachliche Besonderheiten legen nahe, dass ein Großteil des »Corpus Hippocraticum« späteren Ursprungs und nicht von Hippokrates selbst verfasst worden ist. Die meisten Manuskripte werden auf die zweite Hälfte des 5. Jahrhundert v. Chr. und das 4. Jahrhundert v. Chr. datiert. Weitere Texte stammen aus späterer Zeit. Die letzten Abhandlungen der Sammlung entstanden vermutlich erst im 2. Jahrhundert n. Chr. Dennoch ist das »Corpus Hippocraticum« ein einzigartiges Dokument der Medizingeschichte. Es ist Ausdruck einer rasch aufstrebenden Form der Heilkunde, die sich nun als empirisch begründete Handwerkskunst (altgr. *technē*) verstand. Eine ausgezeichnete Übersicht über die einzelnen Schriften des »Corpus Hippocraticum« sowie die hippokratische Medizin findet sich in Golder, Werner: *Hippokrates und das Corpus Hippocraticum*. Eine Einführung für Philologen und Mediziner. Königshausen & Neumann, Würzburg 2007.

bewegte und mit hoher Geschwindigkeit wahllos umherschwirrende materielle Teilchen. Diese seien extrem klein und könnten daher nicht mit den Sinnen wahrgenommen werden. Da diese Teilchen selbst keinen leeren Raum enthielten, seien sie notwendigerweise massiv. Folglich seien sie auch nicht weiter teilbar. Daher bezeichneten LEUKIPP und DEMOKRIT sie als »Atome« (von altgr. *atomos*, nicht zu zerschneiden). Ihr Weltentwurf wurde unter der Bezeichnung »Atomismus« bekannt.

Doch wie erklärte das atomistische Weltbild die Belebtheit und Eigenbewegung von Pflanzen, Tieren und Menschen? Diese hatten die Griechen bislang auf das Wirken eines belebenden Prinzips – der Seele (altgr. *psyche*) – zurückgeführt. Wenn diese den Körper verlässt, kommt jede Bewegung im Organismus zum Stillstand. Der Tod tritt ein.

DEMOKRIT behielt dieses Konzept bei. Anders als seine Vorgänger interpretierte er es jedoch rein stofflich. Die Seele bestand für ihn aus den aller kleinsten, kugelförmigen Atomen. Diese befänden sich in großer Zahl in der Luft. Aufgrund ihrer Feinheit und Form vermochten die Seelenatome die aus – zufällig ineinander verhakten – größeren Teilchen gebildeten Organismen zu durchdringen. Die Eigenbewegungen der Seelenatome versetzten die Körper von Lebewesen dann mechanisch in Bewegung. Der Druck der Umgebung neige dazu, sie wieder aus dem Körper zu pressen. Beim Einatmen drängen mit der Luft jedoch weitere Seelenatome in den Körper ein. Diese verhinderten das Entweichen der vorhandenen.

Irgendwann werde die Atmung jedoch unmöglich. Dann presse der Umgebungsdruck die Seelenatome aus dem Körper heraus. Diese zerstreuten sich in alle Richtungen. Der Organismus erstarre zu einem leblosen Ding. Denn in Wirklichkeit – so DEMOKRITS Credo – existierten nur die Atome und das Nichts.<sup>32</sup> Ein Fortbestehen der Seele nach dem Tod schloss er kategorisch aus. Er schrieb:

---

32 Moderne Quantenphysiker weisen die Annahme der Existenz eines leeren Raums zurück. Der deutsche Astronom Dieter B. Herrmann beschreibt den Erkenntnisstand hierzu wie folgt: »Nach den Erkenntnissen der Quantentheorie existiert ... nicht Nichts, mit anderen Worten: Es gibt kein absolutes Vakuum, das man sich ... als den Inbegriff von Nichts vorstellte. Das Vakuum der Quantentheorie ist ein Zustand mit niedrigstem Energieniveau. Ein Nullniveau der Energiedichte kann es aber nicht geben. ... Das Vakuum der Quantenphysik als Zustand niedrigster Energie



»Manche Menschen, die nicht wissen, dass die menschliche Natur der Auflösung ausgeliefert ist, und die sich der schlechten Handlungen in ihrem Leben sehr bewusst sind, quälen sich zeitlebens in Unruhe und Ängsten, indem sie sich Lügengeschichten über die Zeit nach dem Tod ausdenken.«<sup>33</sup>

Vor dem Hintergrund dieser Weltanschauung revolutionierte HIPPOKRATES die Heilkunst. Als unerlässliche Voraussetzungen ärztlicher Kompetenz betrachtete er eine genaue Beobachtungsgabe und einen analytischen Verstand. Er vertrat die Auffassung, dass die ärztliche Tätigkeit einer exakten – auf sinnlicher Anschauung beruhenden – Informationssammlung bedarf. Nur so könnten beweisbare Schlussfolgerungen gezogen werden. Und in der Tat – nie zuvor waren Symptome und Krankheitsverläufe derart feingliedrig beobachtet und nüchtern beschrieben worden.<sup>34</sup>

HIPPOKRATES erhob zunächst einen gründlichen körperlichen Befund. Aktuelle Klima- und Umweltbedingungen bezog er in seine Ana-

---

ist ... ständig mit ›virtuellen‹ Partikeln angefüllt, die sich spontan bilden und wieder verschwinden. ... Dass solche ›Geisterteilchen‹ tatsächlich existieren, folgt daraus, dass es verschiedene Erscheinungen gibt, die man in Labors beobachtet hat und die sich mit den ›virtuellen‹ Teilchen bestens erklären lassen – so z. B. die spontane Bildung von realen Teilchen und deren Antiteilchen aus dem ›Nichts‹ bei Vorhandensein extrem starker Schwerfelder oder elektrischer Felder.« (Herrmann, Dieter B.: Das Weltall: Aufbau, Geschichte, Rätsel. C. H. Beck, München 2006, S. 91)

33 Zit. nach Gemelli Marciano, M. Laura: Die Vorsokratiker, Band 3. Akademie Verlag, Berlin 2013<sup>2</sup>, S. 485

34 Das »Buch der Prognosen« (Prognostikon) beschreibt mehr als dreißig verschiedene Beobachtungskategorien, aus denen sich differentialdiagnostische Informationen gewinnen lassen: morphologische Merkmale des Gesichtes, Aussehen und Verhalten der Augen, Merkmale von Nase und Lippen, die Lage des Kranken im Bett, Zähneknirschen, wundete Stellen, Bewegungen der Hände, Atemrhythmen, Menge und Beschaffenheit des Schweißes, unterschiedliche Arten von Schwellungen am Oberbauch, Eiterdurchbrüche, Wasseransammlungen, zentrale und periphere Körpertemperatur, die Beweglichkeit der Extremitäten, Verfärbungen der Körperoberfläche, Schlafmuster, die Beschaffenheit von Kot und Urin, verschiedene Formen von Blähungen, Aussehen und Geruch von Erbrochenem, Farbe und Konsistenz von Auswürfen, Erscheinungsformen oberflächlicher Eiteransammlungen, örtliche Verlagerungen von Krankheitsherden, fieberhafte Erkrankungen von Zwerchfell und Blase, unterschiedliche Verlaufsformen von Fiebern, subjektiv erlebte Arten von Kopf- und Ohrenschmerzen sowie Entzündungsformen im Hals- und Rachenbereich. Dabei waren die Aussagen in der Regel rein qualitativ. Quantitative Angaben wurden nur in Ausnahmefällen gemacht. (Vgl. hierzu Golder 2007, S. 81–102)

lyse mit ein. Auch kollektive und individuelle Gewohnheiten waren für ihn bedeutsam. Diese außerordentlich differenzierte Untersuchung des Kranken und seiner Umwelt diente ihm dazu, die Aussicht des Leidenden auf Heilung prognostisch abzuschätzen.

Aus den über viele Patienten hinweg gewonnenen Informationen leitete HIPPOKRATES allgemeine Verlaufsmuster von Symptomatiken ab. Diese waren – anders als die imaginative Schau schamanistischer Heiler – an sinnlich wahrnehmbare Kriterien gekoppelt und durch andere überprüfbar. Die spezifische Situation eines Patienten konnte objektiv beurteilt werden.

Mit diesem methodischen Zugang setzte HIPPOKRATES einen epochemachenden Kontrapunkt zur animistischen Sichtweise seiner Zeit. In einer atemberaubenden Zusammenschau seiner Erfahrungen schuf er die älteste überlieferte Differentialdiagnostik des Abendlandes.

In der Schrift über die »Epidemien« wies HIPPOKRATES auch darauf hin, wie wichtig die sorgfältige Dokumentation aller Beobachtungen ist. Er schrieb:

»Ich meine, dass ein wichtiger Bestandteil der ärztlichen Kunst auch die Fähigkeit ist, über die schriftlichen Aufzeichnungen richtig urteilen zu können. Denn wer sie richtig beurteilt und anwendet, kann, so scheint mir, keine großen Fehler in der Kunst begehen. Man muss jede einzelne Wetterlage und dazu die Krankheit genau studieren und erkennen, was in der Wetterlage und in der Krankheit zum Guten und was in ihnen zum Schlechten zusammenwirkt, welche Krankheit langwierig und tödlich, welche langwierig und heilbar, welche akut und tödlich, welche akut und heilbar ist. Man hat die Möglichkeit, mit Hilfe dieser Erwägungen die Ordnung der Krisentage zu erkennen und danach Voraussagen zu machen. Wer hierin Einsicht hat, kann wissen, welche Kranken er wann und wie behandeln muss.«<sup>35</sup>

Das Wissen um allgemeine Verlaufsmuster bildete den Entscheidungshorizont, vor dessen Hintergrund kalkulierbar wurde, ob und wann der

---

35 Ebd. S. 64f

Arzt welche Maßnahmen ergreifen sollte. Mit seiner bahnbrechenden Vorgehensweise erhob HIPPOKRATES die heilerische Tätigkeit erstmals in den Stand eines empirisch begründeten Handwerks. Seinem Vorbild folgend dokumentierten nun auch andere Ärzte ihre Befunde. Beobachtete Symptome, Krankheitsverläufe und die Wirkung von Heilbehandlungen wurden aufgezeichnet, das akkumulierte Wissen miteinander geteilt.

POLYBOS – der Schwiegersohn des HIPPOKRATES – versuchte, die Vielgestaltigkeit der Phänomene auf ein vereinheitlichendes Prinzip zu reduzieren. In seinem Manuskript »Über die Natur des Menschen« begründete er die antike Säftelehre. POLYBOS ging von den Körpersäften aus. Blutungen, gelbe und schwarze Galle sowie Schleim schienen bei vielen Erkrankungen eine wichtige Rolle zu spielen. Oft waren sie den normalen Ausscheidungen beigemischt. Möglicherweise – so seine Vermutung – versuchte der kranke Körper also, ein Übermaß dieser Substanzen auszuscheiden. Es war daher keinesfalls abwegig, ungünstige Mischungsverhältnisse der Körpersäfte als Ursache – auch seelischer – Krankheiten zu betrachten. Als Therapie für körperliche und seelische Leiden empfahlen hippokratisch geschulte Ärzte daher Kräuter, Erbrechen, Einläufe, Diäten, Fasten, Bäder, frische Luft, Massagen, Ruhephasen und Bewegung.

Die auf POLYBOS zurückgehende Humoralpathologie dominierte die abendländische Medizin bis Mitte des 19. Jahrhunderts. Dann wurde sie durch das Aufkommen der Zellulärpathologie des deutschen Mediziners RUDOLF VIRCHOW (1821–1902) und der Bakteriologie abgelöst.

Die grundsätzliche Überzeugung hippokratischer Medizin, dass *alle* Leiden ihren Ursprung auf *körperlicher* Ebene haben, ist jedoch – sieht man von psychodynamisch und komplementärmedizinisch orientierten Strömungen ab – bis heute unumstritten. In unserer Zeit behandeln Ärzte seelische Leiden daher mit Psychopharmaka – der gezielten Beeinflussung von Stoffwechselvorgängen im Gehirn.

## Die psychodynamische Sichtweise

Die Ursprünge psychodynamischer Erklärungsmodelle reichen bis in die griechische Antike zurück.

PLATON (424–347 v. Chr.) betrachtete die Fähigkeit zu Selbstreflexion und rationaler Einsicht als konstituierendes – ihn von der Tierwelt unterscheidendes – Merkmal des Menschen. Doch er erkannte auch, dass dieser oft impulsiv und irrational handelt, innere Konflikte erlebt und unterschiedlich akzentuiert sein kann.

So sei ein Mensch etwa in der Lage, sich über eigene Zwänge zu ärgern. Auch könne er Lüste in sich verspüren, ihnen jedoch widerstehen, wenn ihn die Einsicht in unerwünschte Folgen zurückhalte. Habe er das Gefühl, Unrecht getan zu haben, so sei er bereit, seine Strafe geduldig zu erleiden. Fühle er sich ungerecht behandelt, könne er jedoch rasend werden. Dann sei er in der Lage, andere Bedürfnisse aufzuschieben. Hunger, Durst, Kälte und anderen Widrigkeiten zum Trotz würde er alles tun, um so rasch wie möglich wieder Gerechtigkeit herzustellen. Da ein und dasselbe nicht gleichzeitig entgegengesetzte Strebungen in sich tragen könne, müsse demnach von unterschiedlichen Seelenteilen ausgegangen werden.<sup>36</sup>

Daher beschrieb PLATON die – als unsterblich und sich reinkarnierend verstandene – menschliche Psyche als dreigliedriges Aggregat. Dessen Teile erfüllen unterschiedliche Funktionen und können in Konflikt miteinander geraten. Der Vernunftteil (*altgr.* to *logistikón*) habe seinen Sitz im Kopf. Er ermögliche rationales Denken, stelle moralische Überlegungen an und strebe nach Wahrheit und Erkenntnis. Der Selbstbehauptungswille (*altgr.* to *thymoeidés*) habe seinen Sitz in der Brust und sei für emotionale Reaktionen verantwortlich. Er treibe den Menschen an, Ziele zu verfolgen und Herausforderungen zu bewältigen. Die Begierde (*altgr.* to *epithymêtikon*) habe ihren Sitz im Unterleib und sei die Basis der Fortpflanzung und Nahrungsaufnahme. Sie strebe

36 Vgl. hierzu Platon: *Politeia* (Viertes Buch) 436a–441c. Eine Analyse der Argumentation Platons im Hinblick auf die von ihm postulierten drei Grundmotivationsrichtungen der Seele findet sich in Lorenz, Hendrik: *The Brute Within – Appetitive Desire in Plato and Aristotle*. Clarendon Press, Oxford 2006, S. 13–52.

nach Lust und unmittelbarer Befriedigung ihres unersättlichen Verlangens.<sup>37</sup>

Je nachdem, welchem Aspekt der Einzelne die Führung überlasse, gingen unterschiedliche Menschentypen hervor: Werde ein Mensch vom niedrigsten Seelenteil beherrscht, so fröne er vor allem den Lüsten. Sein Leben drehe sich um gutes Essen, Trinken und Sex. Voraussetzung hierfür seien materielle Mittel. Daher strebe er nach Geld, Gewinn und der Anhäufung von Dingen. Überwiege der mittlere Seelenteil, so suche der Mensch nach Herausforderungen im Wettstreit und Kampf. Er sei weniger an sinnlichen Genüssen interessiert. Ihn motiviere der Vergleich mit anderen, denn aus dem Siegen ergäben sich Ehre und Ruhm. Dominiere der vernünftige Seelenteil, so bestimme die Lust am Lernen und den Wissenschaften das Leben. Das höchste Ziel sei das Erlangen von Weisheit.<sup>38</sup>

Eine ausgeglichene Seele stehe unter Führung der Vernunft. Nur sie sei in der Lage, auch das Wohl der anderen Seelenteile zu berücksichtigen. Der mittlere Seelenteil müsse mit ihr verbündet sein. Dann bleibe er standhaft dem für richtig Erkannten treu. Im Rahmen vernünftiger Grenzen könne der begehrende Seelenteil sein Verlangen dann schadlos befriedigen. Nur eine solche Ordnung gewährleiste seelische Harmonie und Wohlbefinden. In ihr trügen alle Seelenteile zum Wohl des Ganzen bei. PLATONS – die Vernunft zum Leitstern erhebendes – Grundmodell wurde richtungsweisend für das abendländische Selbstverständnis und Menschenbild.

In modifizierter Form griff der Wiener Arzt SIGMUND FREUD (1856–1939) – der wirkmächtigste Vertreter des psychodynamischen Paradigmas – diese Vorstellungen im 20. Jahrhundert erneut auf.<sup>39</sup>

37 Zur Frage der Lokalisierung der Seelenteile vgl. Platon: *Timaios*, 69a–72d

38 Vgl. hierzu Platon: *Politeia* (Neuntes Buch) 580d–581e.

39 Die komplexe Entstehungsgeschichte der psychodynamischen Sichtweise auf seelische Störungen ist Gegenstand von Ellenberger 2005<sup>2</sup>. In seiner außerordentlich präzise recherchierten und detailreichen Darstellung arbeitet Ellenberger die historischen Bezüge psychoanalytischen Denkens zu dessen Vorläufern heraus. Hierzu gehören u. a. die aufsehenerregenden Exorzismen und Wunderheilungen des katholischen Priesters Johann Joseph Gassner (1772–1779), der »animalische Magnetismus« Franz Anton Mesmers (1734–1815), die Hypnosebehandlungen der Schule von Nancy unter Auguste Ambroise Liébeault (1823–1904) und Hippolyte Bernheim (1840–1919) sowie am Pariser Hôpital de la Salpêtrière unter Jean-Martin Charcot (1825–1893) und Pierre-Marie-Félix Janet (1859–1947). Darüber hinaus stellt Ellenber-

Seine – die Psychoanalyse begründende – Theoriebildung durchlief eine Reihe von Phasen.<sup>40</sup> Mitte der 1890er Jahre vertrat FREUD zunächst eine Traumatheorie. Er war überzeugt, dass die rätselhaften Symptome der Hysterie auf die Verdrängung von Erfahrungen sexuellen Missbrauchs im Kindesalter zurückzuführen seien. Doch nur wenig später verwarf er diese These. Entsprechende Schilderungen weiblicher wie männlicher Patienten deutete er fortan als inzestuöse Wunschphantasien kindlicher Sexualität. JEFFREY M. MASSON, der diese Kehrtwende FREUDS in einer aufsehenerregenden Studie zu rekonstruieren suchte, schrieb:

»Ich bin ... der Überzeugung, dass Freud seine eigene Entdeckung aus dem Jahre 1896 – dass Kinder in vielen Fällen in ihren eigenen Familien sexueller Gewalt und sexuellem Missbrauch ausgesetzt sind – als so belastend empfand, dass er sie buchstäblich aus seinem Bewusstsein tilgen musste. Die psychoanalytische Bewegung ... besteht dagegen auch heute noch darauf, dass Freuds frühere Position bloß ein Irrweg war. Freud musste, so lautet die anerkannte Lehrmeinung, seinen Irrglauben an die Verführung aufgeben, um die Wahrheit von der Macht der inneren Phantasie und der spontanen kindlichen Sexualität entdecken zu können. ... Die vorherrschende Meinung der Psychotherapeuten lautete, das Opfer habe sich seine Qualen ausgedacht. Damit ließen sich insbesondere Sexualverbrechen der Vorstellungskraft des Opfers anlasten ... Für die Gesellschaft war dies eine tröstliche Ansicht, denn Freuds Interpretation – der zufolge die sexuelle Gewalt, die sich so schwerwiegend auf das Leben seiner Patientinnen ausgewirkt

---

gers – zu Recht zum Klassiker avancierte – Studie die Entwicklungsstufen der dynamischen Psychiatrie in den Kontext der jeweiligen zeit- und geistesgeschichtlichen Strömungen.

40 Eine dem komplexen Gesamtwerk Freuds auch nur annähernd gerecht werdende Darstellung seiner Theoriebildung, ist an dieser Stelle nicht möglich. Einen umfassenden Versuch, diese detailliert in ihren historischen Entwicklungslinien darzustellen, bietet Nagera, Humberto (Hrsg.): *Psychoanalytische Grundbegriffe – Eine Einführung in Sigmund Freuds Terminologie und Theoriebildung*. Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt am Main 1977 (orig.: *Basic Psychoanalytic Concepts on (1) the Libido Theory (2) the Theory of Dreams (3) the Theory of Instincts (4) Metapsychology, Conflicts, Anxiety and Other Subjects*. Allen and Unwin, London 1969/70).

hatte, ein reines Phantasieprodukt ist – war keine Bedrohung für die bestehende Gesellschaftsordnung. Die Therapeuten konnten dadurch auf der Seite der Erfolgreichen und Mächtigen bleiben, statt sich auf die Seite der Opfer familiärer Gewalt zu stellen.«<sup>41</sup>

Im Jahr 1923 veröffentlichte FREUD ein »Strukturmodell der Psyche«. Er unterschied drei »Instanzen«: Das »Es« – die primäre Triebkraft der Persönlichkeit – bestehe aus angeborenen, instinktiven Trieben und Wünschen. Es wirke auf unbewusster Ebene, operiere auf der Grundlage des Lustprinzips und strebe – ohne Rücksicht auf die Konsequenzen – nach unmittelbarer Befriedigung seiner Bedürfnisse. Das »Über-Ich« repräsentiere die verinnerlichten Normen und Werte der Gesellschaft. Es entwickle sich im Laufe der Kindheit durch die Internalisierung der elterlichen Autorität und kultureller Einflüsse. Das »Ich« wiederum sei die bewusste und rational handelnde Instanz der Persönlichkeit. Es fungiere als Vermittler zwischen den impulsiven Bedürfnissen des »Es«, den Anforderungen der Realität und den strengen moralischen Normen des »Über-Ichs«.<sup>42</sup>

Psychische Störungen – so die grundlegende Idee des späten FREUD – seien eine Folge missglückter Versuche, gegensätzliche Strebungen dieser Instanzen angemessen zu integrieren. Im Kern führte er sie auf das Spannungsverhältnis zwischen der Befriedigung instinkthafter Triebe und deren sozial notwendiger Begrenzung zurück.

Es ist verblüffend, wie sehr FREUDS späte Theoriebildung einer Variation des platonischen Grundthemas gleicht. FREUD war ein Hippokratiker im platonischen Gewand. Seelisches Leiden betrachtete er als

41 Masson, Jeffrey M.: Was hat man dir, du armes Kind, getan? Sigmund Freuds Unterdrückung der Verführungstheorie. Rowohlt Verlag, Reinbek bei Hamburg 1984 (orig.: *The Assault on Truth. Freud's Suppression of the Seduction Theory*. Farrar, Straus and Giroux, New York 1984), S. 17. Massons Buch bietet eine – hinreichend belegte, wenn auch in Teilen spekulative und auf Indizien beruhende – Darstellung der Hintergründe, die zur Entstehung der skandalträchtigen »Verführungstheorie« und deren Widerruf geführt haben. Eine neuere Studie zu diesem Thema ist Bonomi, Carlo: *A Brief Apocalyptic History of Psychoanalysis – Erasing Trauma*. Routledge, New York 2023. Unter Klinikern gilt es heute als anerkannte Tatsache, dass sexueller Missbrauch weit verbreitet ist und schwere Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS) zur Folge hat.

42 Vgl. hierzu Freud, Sigmund: Das Ich und das Es. Internationaler psychoanalytischer Verlag, Leipzig 1923

im Grunde unvermeidliche Folge der grundlegenden Verfasstheit des Menschen selbst.

Im Zuge seiner Arbeit entwickelte er eine Reihe von Behandlungstechniken, die den Patienten helfen sollten, unbewusste Konflikte aufzudecken, emotionale Blockaden zu lösen und Einsichten in die tiefere Natur der eigenen Psyche zu gewinnen.

Bei der Methode der »freien Assoziation« wurden Patienten ermutigt, frei über ihre Gedanken, Gefühle und Erinnerungen zu sprechen. Dabei sollten sie alle Versuche unterlassen, bewusst Ordnung oder Sinn in ihre Äußerungen zu bringen. Aus den auftretenden Assoziationsketten destillierte FREUD Hinweise auf unbewusste Konflikte heraus. Im Rahmen der »Traumdeutung« forderte er sie auf, ihre Träume zu erzählen. Deren Deutung sollte geheime Wünsche aufdecken und der bewussten Verarbeitung zugänglich machen. Er entdeckte auch, dass Patienten dazu neigten, alte Gefühle und Beziehungsmuster aus der Vergangenheit auf ihn zu übertragen. Deutungen im Rahmen der »Übertragungsanalyse« sollten sie dabei unterstützen, dysfunktionale Projektionen zu erkennen und zu verändern. Auch erkannte er die Tendenz der Analysanden, unangenehme oder bedrohliche Gedanken und Gefühle zu vermeiden. Aufgabe des Psychoanalytikers war es daher, dies im Rahmen einer »Widerstandsanalyse« zu erkennen und den Patienten dabei zu helfen, sich mit schwierigen Themen auseinanderzusetzen. Heilung – so die zentrale therapeutische Idee – erfolge durch bewusste Einsicht und Verstehen.

Im Hinblick auf das zugrundeliegende Menschenbild nahm FREUD eine eigentümliche Mittelstellung zwischen somatogenetischen Erklärungsansätzen und psychogenetischen Vorstellungen ein. JÜRGEN KRIZ schreibt dazu:

»Abgesehen von Einsichten im Bereich der Philosophie und Dichtung stand der Mediziner Freud ... ganz im Paradigma mechanistischer/somatischer Medizin und Naturwissenschaft. ... So machte seine Theorie, die Psychoanalyse, zunächst deutliche Anleihen bei den wissenschaftlichen Modellen der Mechanik, Hydrodynamik und Neurophysiologie. ... bis zu seinem Tode hoffte er, seine Theorie könnte letztlich auf physiologische und biochemische Erkennt-



nisse zurückgeführt werden. ... Freuds außerordentlich große Bedeutung besteht darin, dass er sich trotz (oder vielleicht: gerade wegen) der Hoffnung auf eine somatisch/physiologische Reduktion intensiv psychischen Prozessen und Korrelaten klinischer Phänomene zuwandte ...«<sup>43</sup>

Sein Grundansatz war von entscheidender Bedeutung für die Entwicklung der Psychotherapie im 20. Jahrhundert. Zentrale Denkfiguren seiner psychodynamischen Erklärungsmuster sind in vielen späteren Therapiemodellen dialektisch aufgehoben.

## Die lerntheoretische Sichtweise

Schon der legendäre sizilianische Heiler, Seher und Philosoph EMPEDOKLES (um 495–435 v. Chr.) – Begründer der wirkmächtigen Lehre von den vier Elementen (Luft, Erde, Feuer, Wasser) – hatte sich zu Fragen der Wahrnehmung und der Physiologie der Sinne geäußert. Daher waren psychologische Fragestellungen bis weit in das 19. Jahrhundert hinein eine Domäne der Philosophie.

Mitte des 19. Jahrhunderts gab es in Deutschland erste Versuche, diese Themen *empirisch* zu erforschen. Der Arzt, Physiologe und Physiker HERMANN VON HELMHOLTZ (1821–1894) befasste sich experimentell mit Fragen der visuellen und auditiven Wahrnehmung. Er maß erstmals die Geschwindigkeit der Erregungsleitung in Nerven. Auf Vorarbeiten des Anatomen und Physiologen ERNST HEINRICH WEBER (1795–1878) aufbauend, schuf der Physiker und Naturphilosoph GUSTAV THEODOR FECHNER (1801–1887) das Gebiet der Psychophysik. Er erforschte die gesetzmäßigen Beziehungen zwischen quantitativ messbaren physikalischen Reizen und deren subjektiver Wahrnehmung.

Der Mediziner, Physiologe und Philosoph WILHELM WUNDT (1832–1920) institutionalisierte die Psychologie erstmals als selbständige ex-

43 Kriz, Jürgen: Grundkonzepte der Psychotherapie – Eine Einführung. Psychologie Verlags Union, München 1991 (3. Auflage), S. 13 f

perimentelle Wissenschaft. 1879 gründete er an der Universität Leipzig das weltweit erste psychologische Laboratorium. Dort führte er Experimente zur Untersuchung von Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Willen, Vorstellungen und Emotionen durch. Darüber hinaus publizierte er über Träume, Hypnotismus und Suggestion. Seine Forschungsstätte zog Studenten aus aller Welt an. Viele von ihnen wurden selbst zu Pionieren neuer Forschungsfelder innerhalb des Fachs.

WUNDT betrachtete es als Aufgabe der Psychologie, die nicht weiter reduzierbaren Grundelemente des »Bewusstseins« und deren Beziehungen untereinander zu erfassen. Klinische Fragestellungen und unbewusste Vorgänge waren für ihn ausdrücklich kein Gegenstand des Fachs.

Die Forschungsmethoden WUNDTs umfassten objektive Messungen, aber auch die bewusste Beobachtung psychischer Vorgänge durch – zuvor sorgfältig geschulte – Versuchspersonen: Die Probanden wurden unter streng kontrollierten, experimentellen Bedingungen aufgefordert, subjektiv erlebte Gedanken, Vorstellungsbilder und Empfindungen zu berichten. WUNDT betrachtete die Selbstauskünfte ausgebildeter Testpersonen als wissenschaftliche Daten, aus denen allgemeine Schlussfolgerungen gezogen werden konnten. HOWARD GARDNER, Professor für Psychologie und Pädagogik an der Harvard University, beschrieb WUNDTs Grundposition wie folgt:

»Nach Wundts Ansicht erforscht die Physik die Objekte der Außenwelt: diese Untersuchung ist zwar notgedrungen durch die Erfahrung vermittelt, dennoch ist die Physik nicht das Studium der Erfahrung. Die Psychologie hingegen ist das Studium bewusster Erfahrung als Erfahrung. Ihr muss man sich durch Selbstbeobachtung, durch Introspektion nähern. Selbst wenn alle Menschen solche Erfahrungen machen, sind nicht alle zwingend gleich qualifiziert, *geübte* Beobachter ihres Erlebens zu sein. Wundt befürwortete also die Methode der *Introspektion* – einer Methode, bei der man die eigenen Empfindungen sorgfältig beobachtet und so objektiv wie möglich beschreibt. Eine derartige Objektivität bedeutet hier, die Empfindungen, die man fühlt, zu beschreiben und nicht den Reiz, der sie hervorruft; und Gedanken (oder Bilder) ohne Verweis auf

ihre Bedeutung oder ihren Kontext zu berichten. Wundts Lehre steht und fällt mit der Möglichkeit derartiger Introspektion.«<sup>44</sup>

Anfang des 20. Jahrhunderts erschütterten hitzige methodologische Debatten das noch junge Fachgebiet. Diese drehten sich um die Frage, welche Bewusstseinsphänomene introspektiv erforscht werden konnten und unter welchen Voraussetzungen solche Daten wissenschaftliche Gültigkeit beanspruchen können. Zunehmend unversöhnliche Auffassungen führten schließlich zur Diskreditierung der Forschungsmethodik selbst.<sup>45</sup>

Als vehementester Kritiker introspektiver Forschung profilierte sich der amerikanische Psychologe JOHN BROADUS WATSON (1878–1958). In einem – als »Behavioristisches Manifest« berühmt gewordenen – Aufsatz unterzog WATSON die psychologische Forschung einer vernichtenden Kritik. Er kritisierte, dass objektive Verhaltensdaten und Tierexperimente als wertlos erachtet würden. Stattdessen befasse man sich – auf einer höchst fragwürdigen Datenbasis – mit vermeintlichen psychischen »Tatsachen«. Dadurch verhindere man, die Psychologie in den Stand einer echten Naturwissenschaft zu erheben. Er schrieb:

»Die Psychologie, so wie sie allgemein verstanden wird, hat etwas Esoterisches in ihren Methoden. Wenn Sie meine Ergebnisse nicht reproduzieren können, liegt das nicht an einem Fehler in Ihrem Apparat oder in der Kontrolle Ihrer Reize, sondern daran, dass Ihre Introspektion nicht geschult ist. ... Der Angriff richtet sich gegen den Beobachter und nicht gegen die Versuchsanordnung. In der Physik und in der Chemie wird der Angriff auf die Versuchsbedingungen gemacht. ... In diesen Wissenschaften wird eine bessere Technik zu reproduzierbaren Ergebnissen führen. In der Psycho-

44 Gardner, Howard: Dem Denken auf der Spur – Der Weg der Kognitionswissenschaft. Klett-Cotta, Stuttgart 1989 (orig.: *The Mind's New Science – A History of the Cognitive Revolution*. Basic Books, New York 1985), S. 116

45 Eine differenzierte Darstellung dieser Debatten vor dem Hintergrund des komplexen Forschungsprogramms Wundts und dessen philosophischer Grundlegung findet sich in Fahrenberg, Joachim: Wilhelm Wundt – Pionier der Psychologie und Außenseiter? Leitgedanken der Wissenschaftskonzeption und deren Rezeptionsgeschichte (Zweite, korrigierte Fassung, September 2011).

logie ist das anders. Wenn Sie nicht 3–9 Zustände von Klarheit in der Aufmerksamkeit beobachten können, ist Ihre Introspektion schlecht. Wenn Ihnen andererseits ein Gefühl einigermaßen klar erscheint, ist Ihre Introspektion wiederum mangelhaft. Sie sehen zu viel. Gefühle sind nie klar.«<sup>46</sup>

Und weiter:

»Die Psychologie, die ich aufzubauen versuchen würde, würde erstens von der beobachtbaren Tatsache ausgehen, dass sich Organismen, Menschen und Tiere gleichermaßen, mit Hilfe von Erbanlagen und Gewohnheiten an ihre Umwelt anpassen. Diese Anpassungen können sehr adäquat oder so unzureichend sein, dass der Organismus seine Existenz kaum aufrechterhalten kann; zweitens, dass bestimmte Reize die Organismen dazu bringen, diese Reaktionen zu zeigen. In einem vollständig ausgearbeiteten System der Psychologie können bei gegebener Reaktion die Reize vorhergesagt werden; bei gegebenen Reizen kann die Reaktion vorhergesagt werden.«<sup>47</sup>

In seinem als Vorlesungsreihe konzipierten Buch »Behaviorism« führte WATSON das – dezidiert materialistische – Welt- und Menschenbild seiner neuen Psychologie wie folgt ein: Die bisherige Psychologie und die Psychoanalyse fußten im Grunde auf dem religiösen Aberglauben an die Existenz einer »Seele«. Beide hätten den antiken Begriff lediglich gegen den des »Bewusstseins« und »Unbewussten« ausgetauscht. Er wisse nicht – so WATSON – wie der Glaube an das Übernatürliche in die Welt gekommen sei. Er vermute jedoch, dass schlaue und faule Leute in grauer Vorzeit beobachtet hätten, wie leicht sich Menschen ängstigen ließen. Um nicht arbeiten zu müssen, hätten sie Mittel und Wege erdacht, gezielt reflexhafte Ängste in ihren Mitmenschen auszulösen und diese mit furchteinflößenden Vorstellungen zu verknüpfen. Aus

---

46 Watson, John B.: *Psychology as the Behaviorist Views It*. *Psychological Review*, 1913, 20, S.163 [Übersetzung: Wolfgang Walker]

47 Ebd. S.167

dieser Frühform manipulativer Verhaltenskontrolle bei den Primitiven seien organisierte Religionen hervorgegangen. Er schrieb:

»Ein Beispiel für eine solches Vorstellung ist, dass es einen furchterregenden Gott gibt und dass jeder Mensch eine Seele hat, die vom Körper getrennt und verschieden ist. ... Dieses Dogma findet sich in der menschlichen Psychologie seit der frühesten Antike. Niemand hat jemals eine Seele berührt oder in einem Reagenzglas gesehen oder ist in irgendeiner Weise wie mit anderen Objekten seiner täglichen Erfahrung mit ihr in Beziehung getreten. Dennoch: Ihre Existenz zu bezweifeln, bedeutet, zum Ketzer zu werden, und hat früher womöglich zum Verlust des eigenen Hauptes geführt.«<sup>48</sup>

In einer radikalen Kehrtwendung verbannte WATSON das »Bewusstsein« und dessen Erforschung aus der psychologischen Wissenschaft. Gleichzeitig verschob er deren Fokus – weg von der Grundlagenforschung hin zur Anwendung. Er schrieb:

»Die Psychologie ist aus Sicht des Behavioristen ein rein objektiver, experimenteller Zweig der Naturwissenschaften. *Ihr theoretisches Ziel ist die Vorhersage und Kontrolle von Verhalten.* Die Introspektion ist kein wesentlicher Bestandteil ihrer Methoden, und der wissenschaftliche Wert ihrer Daten hängt nicht davon ab, ob sie sich für eine Interpretation in Bezug auf das Bewusstsein eignen.«<sup>49</sup>

Zu diesem Zweck entwarf WATSON eine »Psychologie ohne Psyche« – ein Forschungsprogramm, dessen Erkenntnisse ausschließlich auf objektiven Beobachtungen beruhen sollten. Bewusstseinsphänomene erklärte er kurzerhand zur »black box«. Weder ließe sich über sie etwas

48 Watson, John B.: Behaviorism. K. Paul, Trench, Trubner and Co., London 1925, S. 3 f [Übersetzung: Wolfgang Walker]

49 Watson 1913, S. 248 [Hervorhebung: Wolfgang Walker]

aussagen, noch benötige man solche Konzepte, um Verhalten verstehen, lenken oder ändern zu können.<sup>50</sup>

Als der Psychologie am nächsten stehende Wissenschaft betrachtete er die Physiologie – die Lehre von den Vorgängen in Zellen, Nerven, Geweben und Organen. Mit rhetorischem Geschick, vordergründig einleuchtenden Beispielen und überraschenden Gedankengängen gelang es ihm, selbst Phänomene wie Fühlen, Denken, Sprechen und Erinnern auf reflexhafte physiologische Vorgänge zu reduzieren. Die »Persönlichkeit« eines Menschen bestand für WATSON aus lebensgeschichtlich erworbenen Reaktionsmustern auf Reize.

Diese Sichtweise hatte einen dezidiert emanzipatorischen Aspekt: Bildungsprivilegien der Oberschicht und der weißen Bevölkerung wurden gerne mit deren – vermeintlich auf besserem Erbgut beruhender – höherer Intelligenz gerechtfertigt. Diese Haltung bekämpfte er. WATSON schrieb:

»Geben Sie mir ein Dutzend gesunde, wohlgestaltete Neugeborene und meine eigene Welt, in der ich sie aufziehen kann, und ich garantiere Ihnen, dass ich jedes davon nach dem Zufallsprinzip auswählen und zu einem beliebigen Spezialisten ausbilden kann: Arzt, Rechtsanwalt, Künstler, Kaufmann und, ja, sogar Bettler und Dieb, unabhängig von seinen Talenten, Neigungen, Fähigkeiten, Berufen und der Rasse seiner Vorfahren. Ich gehe über die Tatsachen hinaus und gebe es zu, aber das haben die Verfechter des Gegenteils auch getan, und sie tun es seit vielen tausend Jahren. ... Die Wahrheit ist, dass die Gesellschaft den Tatsachen nicht gerne ins Auge sieht. ... Wir rühmen uns gerne unserer Abstammung. Das hebt uns von anderen ab.«<sup>51</sup>

---

50 Watsons Ideen prägten zunächst vor allem die Entwicklung der amerikanischen Psychologie. Im deutschsprachigen Raum wurden sie kaum rezipiert. Nach der Niederlage Deutschlands im Zweiten Weltkrieg waren jedoch weite Teile der deutschen Professorenschaft aufgrund ihrer Rolle im Nationalsozialismus öffentlich diskreditiert. Im Zuge des daraus resultierenden Bruchs mit der bisherigen Forschungstradition und unter dem Einfluss der US-amerikanischen und sowjetischen Besatzungsmächte fassten behavioristische Ideen erstmals an psychologischen Lehrstühlen Deutschlands Fuß.

51 Watson 1925, S. 82f [Übersetzung: Wolfgang Walker]

Im Rahmen des gerade im Entstehen begriffenen Fachgebiets der Klinischen Psychologie übertrug WATSON seine Grundidee auch auf die Frage nach dem Wesen psychischer Störungen. Das gängige Konzept der »Geisteskrankheiten« lehnte er rundweg ab. Abweichendes Verhalten war für ihn ein Resultat ungünstig verlaufener Lernprozesse.

Aus dieser Grundposition heraus entwickelten behavioristisch geprägte Forscher eine Reihe grundlegender Sichtweisen, die unterschiedliche Aspekte des Lernens betonten und klinisch genutzt werden konnten.<sup>52</sup>

In Anlehnung an die Arbeiten des russischen Physiologen IWAN PETROWITSCH PAWLOW (1849–1936) betrachtete WATSON erlernte Reiz-Reaktions-Koppelungen als grundlegende Einheit menschlichen Verhaltens. Das gezielte *Verlernen* unvorteilhafter und *Erlernen* angemessener Reaktionsmuster auf Reize war für ihn der Schlüssel zur Veränderung. Auf diesem Grundprinzip aufbauend, entwickelte etwa JOSEPH WOLPE (1915–1997) in den 1950er Jahren die Methode der »Systematischen Desensibilisierung«. Um Ängste und Phobien zu behandeln, werden Patienten in kontrollierten Abstufungen mit dem angstauslösenden Reiz konfrontiert und gleichzeitig in einem entspannten Zustand gehalten. Dadurch lernen sie, den Reiz mit Entspannung zu verbinden.

BURRHUS FREDERICK SKINNER (1904–1990) erkannte, dass menschliches Verhalten durch Belohnung verstärkt und durch Bestrafung abgeschwächt werden kann. In den 1960er Jahren wurden auf dieser Basis sog. »Token-Systeme« entwickelt, die vorwiegend in psychiatrischen oder pädagogischen Einrichtungen zur Anwendung kommen. Das erwünschte Verhalten wird zunächst definiert. Wird es gezeigt, so erhält die Person symbolische Token (Münzen, Jetons, Punkte, ...), die – nach Erreichen einer bestimmten Anzahl – gegen Belohnungen eingetauscht werden können. Bei Verstößen können Token wieder entzogen werden.

ALBERT BANDURA (1925–2021) betonte die Rolle von Vorbildern; Menschen lernen auch durch die Beobachtung bedeutsamer Bezugs-

---

52 Eine ausführliche und gut recherchierte Darstellung verhaltenstherapeutischer Anwendungen behavioristischer Prinzipien findet sich in Schorr, Angela: Die Verhaltenstherapie – Ihre Geschichte von den Anfängen bis zur Gegenwart. Beltz, Weinheim Basel 1984.

figuren und ahmen diese nach. Die Beobachtung geeigneter Modelle ist daher ein wichtiger Bestandteil verhaltenstherapeutisch ausgerichteter Trainings zum Erwerb sozialer Kompetenzen.

Etwa zeitgleich bezogen die abtrünnigen Psychoanalytiker AARON T. BECK (1921–2021) und ALBERT ELLIS (1913–2007) im Zuge der »kognitiven Wende« in den Verhaltenswissenschaften erstmals wieder Gedanken – nun als kognitive Handlungen verstanden – in ihre *lerntheoretisch begründeten* Therapiemodelle ein.<sup>53</sup> Sie betrachteten unerwünschtes Erleben als primär kognitiv bedingt. Daher rückten sie die Veränderung symptomatischer Gedankenschleifen, ungünstiger Bewertungen, irrationaler Verzerrungen und einschränkender Überzeugungen ins Zentrum ihrer therapeutischen Arbeit.

## Der Neuansatz der Kommunikationstheorie

Mit der »Kybernetik« kristallisierte sich Mitte des 20. Jahrhunderts ein neuer Denkansatz heraus. Er sollte zur Grundlage systemtheoretisch begründeter Konzepte in der Psychotherapie werden. EDMOND MARC und DOMINIQUE PICARD beschreiben die Anfänge des kybernetischen Denkens wie folgt:

»Der Systembegriff ist nicht ganz neu. So benutzten ihn die Ökonomen des neunzehnten Jahrhunderts unwissentlich, als sie versuchten, ein allgemeines Modell der Wirtschaft zu entwerfen, um die Beziehungen zwischen Angebot, Nachfrage, Geld und Kapital zu erklären; auch Karl Marx verwendete das Konzept, als er die ökonomische Basis und den politischen, sozialen und ideologischen Überbau in einer Gesamtsicht der Gesellschaft aufeinander bezog. In den vierziger Jahren des 20. Jahrhunderts erhielt der systemische Ansatz in den USA neue Impulse und eine neue Trag-

<sup>53</sup> Ein spannender, auf persönlichen Interviews beruhender Einblick in das Denken bedeutender Protagonisten der behavioristischen Psychologie und der kognitiven Wende findet sich in Baars, Bernard J.: *The Cognitive Revolution in Psychology*. The Guilford Press, New York 1986.



weite, als man ihn sehr effizient im Rahmen der Kybernetik und später in der Informatik und Robotik verwendete.

Vater der Kybernetik ist der Mathematiker Norbert Wiener, der bis zum Zweiten Weltkrieg am Massachusetts Institute of Technology (MIT) lehrte. 1940 arbeitete er gemeinsam mit einem jungen Ingenieur an der Entwicklung automatischer Steuerungen für Luftabwehrgeschütze. Dabei stellten sie fest, dass solche Servomechanismen frappante Ähnlichkeiten mit der Funktionsweise des Nervensystems haben. So muss der Informationskreislauf bei der Kontrolle zielgerichteter Handlungen (etwa der Luftabwehr) eine geschlossene ›Schleife‹ bilden: Der Apparat bewertet die Auswirkungen seiner Aktionen und korrigiert sein zukünftiges Verhalten auf der Basis früherer Leistungen. Diesen Prozess bezeichnete man als ›Feedback‹. Der kybernetische Ansatz basiert also darauf, das Verhalten komplexer Organismen mit Modellen zu erklären, die sich einer Synthese von Elektronik und Biologie verdanken.

Man rief ein Seminar ins Leben, an dem Mathematiker, Neurophysiologen und Elektronikingenieure teilnahmen. Allmählich entwickelten sich die Grundlagen einer gemeinsamen Sprache (Lernen, Erinnerung, Steuerung, Feedback, Homöostase etc.). Gleichzeitig hielt der neue Ansatz auch Einzug in anderen Disziplinen wie Ökonomie, Unternehmensführung, Soziologie und Anthropologie. ... Die Erfindung des Computers in den fünfziger Jahren brachte entscheidende Impulse für die Erforschung der ›Künstlichen Intelligenz‹ und der Roboter. ...

Eine neue Etappe begann, als der Biologe Ludwig von Bertalanffy 1954 ein Forschungsteam bildete mit dem Ziel, die Kybernetik in die allgemeine Untersuchung von Systemen einzubeziehen.«<sup>54</sup>

Die Anwendung kybernetischer Konzepte auf Probleme der Anthropologie und Psychiatrie geht im Wesentlichen auf den anglo-amerikanischen Kulturanthropologen GREGORY BATESON zurück. Seine Beobachtungen führten zu einem neuen Blick auf psychische Erkrankungen.

54 Marc, Edmond/Picard, Dominique: Bateson, Watzlawick und die Schule von Palo Alto. Hain, Frankfurt am Main 1991 (orig.: L'école de Palo Alto. Editions Retz, Paris 1984), S. 28 ff

BATESON brach mit einer fundamentalen Begrenzung traditioneller Sichtweisen: Die Ursache psychischer Störungen wurde bislang stets *innerhalb* eines Individuums verortet. Doch der Einzelne existiert nicht im luftleeren Raum. Menschliches Erleben und Verhalten vollzieht sich in einem komplexen Netzwerk von Beziehungen. Menschen – so die zentrale These – sind stets Teil eines »Systems«.

Primäres Bindeglied in zwischenmenschlichen Systemen ist die »Kommunikation«. Daher stellte sich die Frage, ob – und falls ja, wie – Kommunikationsprozesse an der Entstehung und/oder Aufrechterhaltung seelischer Probleme beteiligt oder gar ursächlich für diese sind.

Gemeinsam mit dem Psychiater JÜRGEN RUESCH erarbeitete BATESON die Grundzüge einer kybernetisch orientierten »Theorie der Kommunikation«. Diese stellten sie erstmals 1951 in einem gemeinsam publizierten Sammelband vor.<sup>55</sup> BATESON präzierte diesen Ansatz im Rahmen der sog. »Palo-Alto-Gruppe«. Seine Ideen waren zentrale Impulsgeber für die Arbeit am Mental Research Institute (MRI) in Palo Alto. Dort fanden sie ihre systematische Ausformulierung durch PAUL WATZLAWICK, DON D. JACKSON und JANET H. BEAVIN. Deren 1967 veröffentlichter Klassiker »Menschliche Kommunikation« wurde zur Initialzündung für die weltweite Verbreitung systemisch orientierter Therapiekonzepte und war wesentlich von BATESONS Theorien inspiriert.<sup>56</sup>

Die kommunikationstheoretische Sichtweise ermöglichte erstmals ein Verständnis der interpersonellen Aspekte psychischer Störungen. Daraus entstanden vollkommen neue Formen therapeutischer Arbeit. Unter dem Einfluss der Familientherapeutin VIRGINIA SATIR und des Hypnosetherapeuten MILTON H. ERICKSON entwickelte man am MRI erstmals Strategien einer lösungsorientierten Kurzzeittherapie. Grundlegender Ansatz war die Idee, therapeutische Ziele zu identifizieren und erwünschte Veränderungen *direkt* zu induzieren.

55 Ruesch, Jürgen/Bateson, Gregory: Kommunikation – Die soziale Matrix der Psychiatrie. Carl Auer, Heidelberg 1995 (orig.: Ruesch, Jürgen/Bateson, Gregory: Communication: The Social Matrix of Communication. New York: W. W. Norton & Co. 1951 (3<sup>rd</sup> edition 1987))

56 Watzlawick, Paul/Beavin, Janet H. /Jackson, Don D. : Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien. Verlag Hans Huber, Bern Stuttgart Toronto 1969/1990 (orig.: Pragmatics of Human Communication. A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes. W. W. Norton & Company Inc., New York 1967),

In diesem Zusammenhang stellte sich auch die Frage, wie die Kommunikation des Therapeuten beschaffen sein muss, um diese Wirkung entfalten zu können. Doch die Theoriebildung am MRI war stark von formalen, mathematisch-logischen Konzepten geprägt. Aus abstrakten Prinzipien der Kybernetik wurden allgemeine therapeutische Strategien abgeleitet.

Ein in sich schlüssiges – an *natürlich auftretenden* und *wahrnehmbaren* Prozessen orientiertes – Modell menschlicher Informationsverarbeitung und veränderungswirksamer Kommunikation gelang erst einer Gruppe junger Forscher um JOHN GRINDER und RICHARD BANDLER. Sie entwickelten eine Reihe innovativer Modelle, die scheinbar unbegrenzte Möglichkeiten für den therapeutischen Bereich in Aussicht stellten. Die anfangs behauptete klinische Reichweite der von ihnen entwickelten Methoden erscheint – insbesondere im Bereich psychiatrischer Erkrankungen – aus heutiger Sicht übertrieben. Doch ihr innovativer Forschungsansatz stieß zweifellos die Tür zu vollkommen neuen Möglichkeiten interventionsorientierter psychotherapeutischer Arbeit auf.<sup>57</sup>

---

57 Beispielhaft für den Enthusiasmus der frühen Jahre ist etwa John O. Stevens, prominenter Gestalttherapeut und Entwickler der zweiten Generation. Er beschrieb die Tragweite des Ansatzes wie folgt: »Ich war streng erzogen in dem Glauben, dass Veränderungen langsam vor sich gehen, in der Regel verbunden mit Schwierigkeiten und Leiden. Mir fällt es immer noch schwer zu akzeptieren, dass ich eine Phobie oder ein vergleichbar langfristiges Problem ohne alle Schmerzen in weniger als einer Stunde kurieren kann – obwohl ich das wiederholt gemacht habe und gesehen habe, dass die Ergebnisse andauern. ... Mit Hilfe der Prinzipien des NLP können Sie jede menschliche Aktivität detailliert genug beschreiben, um viele tiefgreifende und dauerhafte Veränderungen schnell und ohne Anstrengung herbeiführen zu können. Einige spezifische Beispiele dessen, was Sie lernen können: (1) Phobien und andere unerfreuliche Gefühlsreaktionen in weniger als einer Stunde zu kurieren, (2) Kindern und Erwachsenen mit ‚Lernstörungen‘ (Buchstabier- und Leseschwierigkeiten, usw.) bei der Überwindung ihrer Begrenzungen zu helfen – oft in weniger als einer Stunde, (3) unerwünschte Gewohnheiten in wenigen Sitzungen zu eliminieren, Rauchen, Trinken, Fettsucht, Schlaflosigkeit, usw., (4) die Interaktion von Paaren, Familien und Organisationen so zu verändern, dass sie befriedigender und produktiver werden, (5) viele körperliche Schwierigkeiten in wenigen Sitzungen zu kurieren – nicht nur die meisten derjenigen, die als ›psychosomatisch‹ eingeschätzt werden, sondern auch einige andere. Dies sind schwerwiegende Behauptungen – erfahrene NLP-Praktiker können sie mit soliden, sichtbaren Ergebnissen belegen.« (Stevens, John O.: Vorwort. In: Bandler, Richard/Grinder, John: Neue Wege der Kurzzeit-Therapie. Neurolinguistische Programme. Junfermann, Paderborn 1981b (orig.: Frogs into Princes. Real People Press, Moab/Utah 1979), S.13 f.)

Die Forschungen GRINDERS und BANDLERS sind – so eine zentrale These dieser Arbeit – der Kulminationspunkt kommunikationstheoretisch begründeter Modelle der Psychotherapie. Darüber hinaus spiegeln sie einen revolutionären Umbruch im therapeutischen Denken unserer Zeit wider.