

Vorwort

Die ebenso kontinuierliche wie rapide Zunahme psychischer Störungen während der letzten Jahrzehnte hat angesichts wochen- bis monatelanger Wartezeiten auf einen Termin in der psychiatrischen Praxis oder einen Therapieplatz beim Psychologen zunehmend die Personen ins Rampenlicht gerückt, die als Fachleute auf dem Gebiet seelischer Leiden tätig sind. Trotz immer noch bestehender Vorurteile, Schamgefühle und Berührungsängste ist die Hemmschwelle gesunken, sich um psychologische Hilfe zu bemühen oder eine Fachklinik aufzusuchen. „Seelenklempner“ – Nervenärzte, Psychiater, Psychotherapeuten und Psychologen – werden mehr und mehr in Anspruch genommen; sie sind die Seelsorger unserer Zeit geworden.

Indes: Nicht jeder, der in der Zeitung, via Internet oder im Fernsehen psychologische Ratschläge gibt, ist fachlich ausgebildeter Psychotherapeut – Psychologe oder Therapeut darf sich (in Deutschland) jeder nennen. So ist es nicht verwunderlich, dass auf den „Sinnmärkten“ mit sicherem Gespür für die widrigen Begleiterscheinungen unserer Leistungs- und Darstellungsgesellschaft alle möglichen Lebenshilfen angeboten werden, die der Populärpsychologie entstammen, häufig mit esoterischem Einschlag.

Wer sich einem Psycho-Therapeuten anvertrauen will, muss meistens innere Widerstände überwinden. Er soll ja rückhaltlos seine Gedanken, Fantasien und Gefühle einem fremden Menschen offenbaren, die er vielleicht nicht einmal der engsten Bezugsperson mitteilen würde. Umso mehr muss er sich auf Einfühlungsvermögen, Taktgefühl, Verständnis, Kompetenz, Verschwiegenheit und Unabhängigkeit seines Gegenübers verlassen können. Wie in keinem anderen Bereich der Heilkunde ist in den psychologischen und psychosozialen Therapien der Erfolg abhängig von – nur schwer messbaren – Merkmalen der Beziehung, die sich zwischen Patienten und Therapeuten entwickelt. Erst eine von Anteilnahme, Offenheit und Zuversicht getragene Atmosphäre schafft die Grundvoraussetzungen für die Wirksamkeit therapeutischer Interventionen – jenseits aller rationalen Erklärungen zu Störungsmodellen und Therapiekonzepten.

Was und wie wird behandelt – der Mensch, die Krankheit oder das Gehirn? Auf welchen Grundlagen beruhen die Behandlungsprinzipien? Obschon seit Jahrtausenden praktiziert, hat sich die „Seelenheilkunde“ erst in der Neuzeit zu einer selbständigen Profession mit eigener Krankheitslehre und formalisierter Ausbildung emanzipiert. Im Grenz-

Vorwort

bereich zwischen Human-, Sozial- und Gesellschaftswissenschaften angesiedelt, profitiert sie sowohl von den empirischen Forschungsergebnissen der naturkundlichen als auch den deduktiven Erkenntnissen der Geisteswissenschaften; die heutigen Fachleute auf dem Gebiet der psychologischen Medizin und klinischen Psychologie stützen sich auf das gemeinsame Gerüst eines ganzheitlich-integrativen, biopsychosozialen Krankheitsmodells.

Wer sind und waren die Heilkundigen, die sich berufen und befähigt fühlen, ihren Mitmenschen in seelischen Nöten zur Seite zu stehen? Wie viel haben sie beigetragen zum Fortschritt in der Behandlung psychischer Krankheiten und im Umgang mit psychisch Kranken? Was für Menschen sind Therapeutinnen und Therapeuten, von denen der Ratsuchende Hilfe und Beistand erhofft, vielleicht sogar die Lösung seiner Lebensprobleme? Welche Persönlichkeitseigenschaften und Lebenserfahrungen, welches Maß an Ausdauer und Belastbarkeit muss ein Aspirant auf dem Gebiet der psychologischen Heilkunde mitbringen, um Ausbildung und beruflichen Alltag zu bewältigen? Worauf muss er sich einstellen, woher nimmt er die Kraft und Beharrlichkeit? Kaum je wird erörtert, welchen Einfluss umgekehrt der langjährige Umgang mit einer hilfsbedürftigen, gleichwohl oft eigenartigen und absonderlichen Klientel hat – was lernt der Therapeut vom Patienten? Wird er ihm immer ähnlicher, oder grenzt er sich mehr und mehr ab? Und schließlich: Wer hilft ihm, wenn er selbst in eine seelische Krise gerät?

Angesichts verbreiteter Missverständnisse und Wissenslücken soll auf diese und andere Fragen im Folgenden näher eingegangen werden. Im Gegensatz zu zahlreichen Beschreibungen psychischer Krankheiten und deren Überwindung oder Schilderungen Betroffener in Lehrbüchern und Ratgebern geht es hier weder um psychiatrische Krankheitslehre oder psychologische Heilmethoden noch um einen Abriss der Psychiatrie- oder Psychologiegeschichte. Im Mittelpunkt stehen vielmehr Persönlichkeit, Prägung, Selbstverständnis, berufliche Entwicklung, Auftrag und Aufgaben derer, die sich auf dem Gebiet der Psychiatrie und Psychologie für eine Behebung oder zumindest Linderung psychischer Leiden spezialisiert haben.

Eine Rückschau auf die Entwicklung der Seelenheilkunde zu einem wissenschaftlichen Medizinfach lässt erkennen, dass der lange Weg vom schamanistischen Vorfahren bis zum heutigen Psychospezialisten immer wieder von tiefgreifenden Revisionen – aus heutiger Sicht teilweise abwegig erscheinender – Krankheitsauffassungen und Behandlungsversuche gekennzeichnet war. Demgegenüber blieben

Aufgaben und Pflichten der Heilkundigen unverändert: Akzeptanz des Hilfesuchenden und Wahrnehmung von dessen Beeinträchtigungen, Beobachtung und Einordnung der verifizierten psychopathologischen Symptome, Abklärung der Ursachen unter Einbeziehung psychosozialer Einflüsse, Erstellen eines Behandlungsplans und dessen fachkompetente Umsetzung samt Nachsorge und Rezidivprophylaxe.

An die diesbezüglich einleitenden Kapitel schließen sich Erörterungen darüber an, welche Motive und Interessen, Vorstellungen und Befähigungen dazu bewegen, als psycho-therapeutischer Experte tätig zu werden. Dargestellt werden die Anforderungen an Empathie, Belastbarkeit, Ausdauer, Geduld und Toleranz, die für ein erfolgreiches Arbeiten notwendig sind. In diesem Zusammenhang wird ein Überblick über Formen und Umfang der Ausbildung zum Facharzt, Fachpsychologen und Fachpfleger gegeben, darüber hinaus eine Übersicht zur Aufgabe und Qualifikation der Mitarbeiter anderer Berufsgruppen im therapeutischen Team.

Die Vorbehalte gegen den gern als undurchsichtigen Manipulator, bestenfalls als Witzfigur dargestellten Psychiater kommen nicht von ungefähr. Zum einen hat – trotz aller wissenschaftlichen Fortschritte – das bis heute rätselhaft gebliebene, sonderbare und irritierende Verhalten Geistesgestörter nichts von seiner verstörenden Aura verloren. Niemand möchte in den Augen seiner Mitmenschen als „verrückt“ oder gar „unzurechnungsfähig“ erscheinen. Die damit einhergehende Stigmatisierung hatte bis in die jüngere deutsche Vergangenheit gefährliche, ja tödliche Konsequenzen: Der Nazi-Euthanasie fielen unter indirekter und direkter Mithilfe zahlreicher Psychiater vermutlich mehr als 250 000 psychisch Kranke zum Opfer. Besondere Aufmerksamkeit gilt daher den schweren Verfehlungen und Verbrechen psychiatrischer Fachautoritäten, ohne deren ideologische Vorarbeit und tatkräftiges Mitwirken die Krankenmorde nicht möglich gewesen wären. So wirken wahrscheinlich bis heute die schrecklichen Erinnerungen an den schändlichen Verrat derer nach, in deren Obhut sich die Kranken und Behinderten sicher glaubten.

Aus Opportunismus, Geltungsdrang und Strebertum, aber auch aus politischer Verblendung haben Psychiater und Psychologen in totalitären Systemen ihre Patienten hintergangen, indem sie sich für staatlich-repressive Sicherheitsbehörden als Spitzel, Informanten und Gehilfen betätigten. Politisch missliebige Bürger wurden mittels psychologischer Expertisen als pathologische Querulanteng abqualifiziert und zwangsweise in forensische Einrichtungen verfrachtet – so geschehen beispielsweise in den sozialistischen Diktaturen der Sowjetunion und der DDR.

Psycho-Therapeuten arbeiten im unübersichtlichen Gelände zwischen Medizin, Sozialkunde, Philosophie und Gesellschaftswissenschaften. Im Gegensatz zu Naturwissenschaftlern bewegen sie sich nicht auf dem festen Boden empirisch gesicherter Gesetzmäßigkeiten. Sie laufen daher Gefahr, exaktes Wissen und bloße Hypothesen gleichzusetzen; der Soziologe Peter Fuchs nennt sie in Anlehnung an den französischen Schriftsteller Paul Valéry „Verwalter der vagen Dinge“ (2011). Wenn an die Stelle von erprobten, anerkannten Leitlinien spekulative Ideen treten, Selbstkritik, Realitätskontrolle und fachliche Rückkopplung ausbleiben, drohen ideologische Abwege, die nicht nur das eigene Bild vom Menschen deformieren können, sondern auch gegen berufsethische Prinzipien verstossen. Die Folgen einer Übertragung eigener Bedürfnisse oder politisch-propagandistisch erwünschter Ge- sinnungen auf den Umgang mit dem hilfesuchenden Patienten liegen auf der Hand: Statt Befreiung zu Autonomie, Selbstverantwortung und Lebenstüchtigkeit erfährt dieser möglicherweise Verführung und Manipulation, manchmal – siehe oben – sogar Verfolgung und Ausrottung als Glaubens-, Partei-, Staats- oder Klassenfeind.

Die gängige Vorstellung vom Psychiater, der bedenkenlos gefährliche Medikamente verordnet oder leichtfertig Zwangsumunterbringungen in einer geschlossenen Anstalt befürwortet, trifft ebenso wenig zu wie die Annahme vom feinsinnigen Psychologen, der sich in endloser Geduld um eine Aufhellung frühkindlicher Erlebnisse oder akribische Aufklärung angstzeugender Situationen bemüht. Heutzutage erwirbt der psychiatrisch weitergebildete Facharzt in Deutschland wie in den meisten europäischen und anglo-amerikanischen Ländern obligat eine solide psychotherapeutische Ausbildung, während sich umgekehrt zahlreiche Psychologen für Psychosomatik und Hirnforschung interessieren. Im Heer der Psychotherapeuten sind sowohl Ärzte und Psychologen wie Pädagogen und Heilpraktiker versammelt, jeweils zu Fachgesellschaften zusammengeschlossen, die deren Interessen vertreten. Tendenziell finden sich – neben Unterschieden zwischen Frauen und Männern – unter den tiefenpsychologisch arbeitenden Therapeuten eher Ärzte, unter den Verhaltenstherapeuten eher Psychologen. Kinder- und Jugendpsychotherapeuten haben in der Regel eine sozialpädagogisch-psychanalytische Ausbildung.

Der Öffentlichkeit wird durch Film, Fernsehen und Literatur oft ein verzerrtes oder lückenhaftes Bild von Psychiatrie und klinischer Psychologie präsentiert. Jenseits sowohl von Dämonisierung als auch von Idealisierung sind die hier tätigen Personen indes keine versponnenen

Exoten, sondern Menschen mit allen charakterlichen Schwächen und Stärken. Es obliegt ihnen allerdings, sich damit selbtkritisch auseinanderzusetzen. Selbsterfahrung und Supervision als fester Bestandteil der Ausbildung sollen dazu verhelfen, eigene Probleme zu reflektieren und notfalls zu entschärfen. Der dadurch bedingte, persönlich wichtige und beruflich unverzichtbare Zuwachs an Selbsterkenntnis und Eigenkontrolle unterscheidet die psycho-therapeutischen Professionen von allen anderen Vertretern der Heilkunde. Dennoch sind auch sie nicht geschützt vor den Folgen anhaltender emotionaler Überlastung im Sinne eines Burnout oder gefeit gegenüber anderen seelischen Krisen, um so mehr, als sie nur ungern Hilfe in Anspruch nehmen; der hierzu notwendige Rollentausch erscheint befremdlich und fällt daher schwer.

Auf der anderen Seite vermittelt die tägliche Arbeit am Projekt „Seelische Gesundheit“ den sachkundigen Heilern und Helfern als Gratifikation das befriedigende Gefühl einer individuell sinnvollen und sozial nützlichen Tätigkeit, die weder von Online-Ratgebern noch Computerprogrammen übernommen werden kann. Einem vermutlich weiterhin zunehmenden, allgemeinen Therapiebedarf kann auf Dauer nur mittels verstärkter, präventiv-psychohygienischer Maßnahmen wirksam begegnet werden. Dies beinhaltet auch soziales Engagement mit Bemühungen um eine Integration abdriftender oder sogar ausgegrenzter Randgruppen, eingeschlossen die Frage nach deren Lebensverhältnissen, Bildungschancen und beruflichen Perspektiven.

Ohne die ebenso konstruktive wie geduldige Unterstützung seitens der Fachredaktion des Kohlhammer-Verlags hätte diese Buchausgabe nicht realisiert werden können. Ihr sei an dieser Stelle ausdrücklich gedankt.

Bonn, Oktober 2011

Theo R. Payk