

# Kritische Psychotherapie für eine menschliche und selbstbestimmte Gesellschaft

Dr. Martin Wendisch

Grob skizzierend werden einige Ergebnisse der Analysen aus dem Band „Kritische Psychotherapie“ (2021) verknüpft, um ein paar unpopuläre Aussagen als Einstieg in notwendige Debatten zu verdeutlichen.

## Spaltende Populismen

Warum unpopulär? Weil wir uns inzwischen in einer Dauerkrise befinden (Euro, Finanzen, Schulden, Migration, Pandemien, Ukraine, Versorgung? Blackout?), die sich unter anderem in einer Zuspitzung gesellschaftlicher Populismen äußern mit dem Ergebnis der Spaltung. Dem könnten wir versuchen mit Aufklärung zu begegnen. Hier stoßen wir aber schon auf den ersten unangenehmen Befund: Während Psychotherapie aus der Sicht ihrer Begründer (Freud, Perls, Rogers, Skinner) immer auch Gesellschaftskritik war, ist die Psychotherapie inzwischen gesunken auf das Niveau eines Bemühens um gesellschaftliche Anerkennung durch Unterwerfung unter den Zeitgeist und das Geld. Dies gilt sowohl für das Wissenschaftsverständnis als auch für die nondialektische Angepasstheit an zeittypische Ideologien (z.B. Gender, Vielfalt). Grundlage für diese Spaltungsprozesse ist ein zunehmender Druck in der Dauerkrise immer auf der "richtigen Seite" stehen zu müssen/wollen und eine repressive Vereinseitigung und Sanktionierung „falscher“ Meinung. Psychoanalytisch ist dies verbunden mit einem zunehmenden Zwangscharakter öffentlicher Diskurse, wie er sowohl im Journalismus als auch in der Wissenschaft - als den beiden Instanzen der Aufklärung- erkennbar ist (cancel culture, Kündigungen, Publikationsunterdrückung falscher Befunde etc.) als auch in einer Angst nicht dazuzugehören in Verbindung mit Herdentrieb und Überheblichkeit gegenüber zeitkritischem Denken (schwarze Schafe, Querdenker, Verschwörungsschwurbler). Die stillere Form dieses neuen Hangs zur Eindimensionalität ist die schöngeistige und harmonisierende Realitätsverweigerung in die korruptiven Abgründe des Menschlichen zu blicken wie es eigentlich Aufgabe der Psychoanalyse ist. Dies geschieht zugunsten eines naiven Humanismus, der im Alltagsbewusstsein wohltuend sein kann („et hätt noch immer jot jejange“). Die vorsokratische Einsicht Heraklits über den fundamentalen Charakter von Gewalt in der Eroberung der Welt („der Krieg ist der Vater aller Dinge“) steht auf diesem Hintergrund wie ein Fremdkörper da, dessen Urgewalt seit der Aufklärung meist vernachlässigt wird.

## Interdisziplinäre Analysen

Folgt man philosophischen Analysen des Zeitgeistes, dann landet man bei einer fortschreitenden Technokratie des Humanen und einer Vereinzelung und Vereinsamung in künstlichen bindungsarmen Parallelwelten wie sie auch schon von Aldous Huxley und George Orwell als langfristiger Trend erkannt wurden. Das Liberalitätsprinzip moderner Staatlichkeit - historisch eine Errungenschaft zur Verringerung gewalttätiger Aneignung durch faire Eigentumsbildung- droht durch einen naiven quasireligiösen Fortschrittsglauben (Positivismus) und eine ökonomische „Wachstumsspirale“ (Binswanger) in eine monopolistische und autoritäre Gegenkultur von oben abzurutschen. Kernmerkmal dieser Entwicklung ist die zunehmende Machtkonzentration durch ökonomische Monopolbildung des digital-finanziellen Komplexes und transnationaler staatlicher Macht (EU, UN, WEF, WHO, NATO,...). Diese neofeudale Monopolbildung ist in beiden Bereichen expansiv und zunehmend miteinander verschränkt (deep state = global governance von Konzernen und Staaten) und lässt sich als Neoliberalismus bezeichnen: eine *doppelte Pathologie expansiver Staatlichkeit und monopolistischer Wirtschaft*. Folgt man den soziologischen Analysen des Zeitgeistes, dann landet man mit Hartmut Rosa in einer permanenten Beschleunigung der Lebensverhältnisse in den Bereichen Arbeit, Bildung, Familie, Freizeit mit einem kollektiven Resonanzverlust und einer sinnlichen, ökologischen, sozialen und religiösen Verarmung und Fragmentierung sozialer Strukturen. Das Freiheitsversprechen kippt durch ökonomische Beschleunigung in einen Steigerungszwang mit zunehmender Bindungslosigkeit (Flexibilität, Mobilität, Migration) mit der neoliberalen Vision einer globalen Verschmelzung der Zivilisationen im Bild eines globalen Menschen ohne Wurzeln und Grenzen. Nicht Macht an sich erscheint hier als

Problem sondern die Monopolisierung der ökonomischen und politischen Macht mit zunehmendem Einfluss auf Gesundheit, Ökologie, Bindungen und Aushöhlung demokratischer Kontrolle. Dies führt in den Krieg „Aller gegen Alle“ (Michea). Diese toxische Macht dominiert von oben, ist nach Hartmut Rosa resonanzfeindlich (autoritär/ dominant) und mit Einschränkungen der Freiheit und Selbstverantwortung verbunden. Die ökonomische Analyse für die Ursachen dieses Steigerungszwanges führt nach Ludwig von Mises in das Fundament des Finanzsystems: das -von realer Produktivität und Sachwerten zunehmend abgelöste staatliche Geldsystem (Zentralbanken), das ausschließlich der Vermehrung des staatlichen Einflusses, der Stabilisierung der Weltleitwährung und der Finanzierung politischer Projekte dient und zum Zwecke der Kriegsfinanzierung 1912 gegründet wurde. Man könnte auch von einem beliebig vermehrbaren Papier-/Falschgeld sprechen, dessen Wert irgendwann schneller erodiert als man erarbeiten kann. Durch soft-power Psychotechniken (Mausfeld) und Propaganda wird die Verantwortung für die Folgen auf den Bürger abgeladen und internalisiert („ich bin schuld“).

Psychotherapeuten haben sich hier in allen Systemen des 20. Jahrhunderts wie auch heute als dienstbare Profession erwiesen, die die Verhältnisse ebenfalls als individuell herbeigeführt betrachten-und als Angst-, Schuld- und Kompetenzproblematik- behandeln (Optimierungszwang). Wichtig an der Analyse ist in Abgrenzung zum Populismus das Unterlassen einseitiger Bewertungen anstelle nüchternen Erkennens von Zusammenhängen mit sowohl positiven als auch negativen Auswirkungen, um jenseits des Kipppointes Perspektiven kollektiver Heilung vom Steigerungszwang entwickeln zu können. - Aber zuvor noch etwas zur Wissenschaft.

### **Analyse und Perspektiven der Wissenschaft**

Indem unter Wissenschaft heute fast ausschließlich empirisch-positivistische Wissenschaft verstanden wird, wird der Mensch immer mehr auf seine vermeintlich berechenbaren und messbaren Aspekte reduziert und damit analog zu unbelebten Objekten zum Gegenstand (Objekt) von Interventionen. Zudem wurde die Wissenschaft als Institution immer stärker in die Abhängigkeit von Geldmitteln getrieben; z.B. Bindungsforscher haben immense Finanzierungsprobleme während die Forscher zu Online-Psychotherapie sich vor Geldmitteln kaum noch retten können. Das Paradigma der evidenzbasierten Psychotherapie und die Reduktion des Menschen auf seine Symptome in Verbindung mit additiven Therapieplänen und Vorgaben für die Kliniken zur Umsetzung standardisierter Angebote ist die logische Konsequenz dieser Art von Wissenschaft. Die akademische Welt wird seit geraumer Zeit korrumpiert durch die an sie herangetragenen Interessen. Lehrstuhlinhaber müssen inzwischen ähnlich denken wie Klinikbetreiber in ständiger Sorge um die Aufrechterhaltung eines Personalschlüssels. – Man kommt im Rückgriff auf Wissenschaftstheorie zu dem ernüchternden Schluss, dass sowohl der Positivismus als auch der Sozialkonstruktivismus unwissenschaftlich sind. Diese Wissenschaft wird der biopsychosozialen menschlichen Realität, seinem unverfügbaren und unberechenbaren Bewusstsein (Seele-Bewusstsein), seiner ökobiologischen Vernetzung (Natur-Körper) und seinem höheren Denkvermögen (Geist-Logik) nicht gerecht und behandelt ihn unter seinen Möglichkeiten. Auch die Verlagerung des Fokus in der Psychotherapie von gemeinsamer Interaktion mit Übertragung und Gegenübertragung auf die technische Intervention ist diesem Ansatz geschuldet. Auch die Humanmedizin wird seit langem umworben vom Pharmasektor und medizintechnischen Sektor und hat mit der Einführung der sogenannten Qualitätssicherung eine radikale Ökonomisierung ärztlichen Handelns über sich ergehen lassen zulasten der Verpflichtung auf das Wohl des Patienten. Die Entwicklung von Perspektiven für Gesellschaft und Heilkunde sollte von einem humaneren Wissenschaftskonzept ausgehen (Methodologie). Wissenschaftstheoretisch ist dies mit einer komplexeren Methodologie aus natur-, bewusstseins- und handlungswissenschaftlichem Zugang zur menschlichen Wirklichkeit verbunden mit einem einheitlichen Rationalitätsbegriff (Mittelstrass) und komplexeren Realitätsbegriff (Neuer Realismus, Gabriel und Rometsch). Daraus ergeben sich zentrale hermeneutische Begriffe für die Entwicklung humaner Perspektiven: Resonanz, Liberalität, Integration!

### **Perspektive: Bindung-Familie-Spiritualität**

Die Wurzeln des Menschlichen hängen pränatal wie postnatal am familiären Bindungsschicksal mit einer Einbettung der lebenslangen Verarbeitung von Stressbelastungen (Belastungskaskade) im evolutionsbiologischen, kulturellen und sozial-familiären Kontext. Das Gelingen dieser Verarbeitung

in Bindungen führt zu Prozessen des Wachsens oder der Regression. Die leibliche und emotionale Verbundenheit mit den Eltern spielt eine zentrale Rolle für Bindungsqualität und Gesundheit. Die Anerkennung einer geschlechtlichen Komplementarität auf der Basis der Evolutionsbiologie und einer produktiven Gendertheorie ermöglicht uns den Zugang sowohl zu einer Wertschätzung für unterschiedliche Werte als auch unterschiedlicher Beziehungsmöglichkeiten mit Kindern. Mütterliche und väterliche Aufmerksamkeit -in Konfliktsituationen auch mit Beharrlichkeit- sind der Schlüssel für einen „neuen“ Autoritätsbegriff für die Bewältigung phasenspezifischer Krisen als Macht durch resonanzfreundliche Zuwendung, die nicht beherrschen -sondern in Anerkennung sowohl eigener Verantwortung als auch alterstypischer Freiheiten- gemeinsam Herausforderungen bewältigen will. Frau und Mann können ein Stück hinter ihre eigenen Bedürfnisse zurücktreten, um das Kind in beidseitiger Teilhabe in den Mittelpunkt zu stellen. Dies unterscheidet sich auch angesichts der gewachsenen beruflichen Flexibilität von älteren Modellen einer klaren Aufteilung aber auch neueren Modellen einer Egalisierung der Geschlechter- oder Substituierbarkeit der Elternbeziehung. Vielmehr wird eine vertiefte Wertschätzung weiblicher und männlicher Beziehungsmodi ohne ideologische oder individuelle Fixierung deutlich. Resonanzsehnsucht wird nicht nur in Familien gelebt, sondern auch in Vereinen, Schulen, Kirchen. Sie ist auch mit einer Anerkennung spiritueller und religiöser Bedürfnisse verbunden in Teilhabe an tiefer Weltverbundenheit über das Sichtbare hinaus auch im Erleben einer unverfügbaren göttlichen Quelle und eigener unverfügbarer Teilhabe und Würde ohne Zweckdenken oder Machtmissbrauch oder Anfälligkeit für ideologischen Religionsersatz. Hierzu gehört auch ein Tugendkonzept mit freiwilliger Selbstverantwortung und -begrenzung. Staatlich geförderte Frühsexualisierung und Frühdigitalisierung oder die Wendung der Kinderrechte gegen die Elternrechte durch UN-EU-Politik gehören nicht zu den bindungsfreundlichen Perspektiven.

#### **Perspektive: Politik-Staat-Ökonomie**

Liberalität, Subsidiaritätsprinzip, basisdemokratische Teilhabe, Gewaltenteilung nicht nur auf dem Papier, Geltung elementarer Rechte, faktische Meinungsfreiheit ohne Verpflichtung auf die derzeitig populäre Staatsmeinung und Korruptionsfreiheit mit einem auf das Notwendigste beschränkten Staatswesen sind wichtige Grundlagen für das Resonanzerleben des Bürgers.

Die Sicht von Schweizern auf sich selbst ist manchmal belastet mit der Vorstellung einer Rückständigkeit: Tatsächlich jedoch steht die Schweiz weltweit unter 178 Ländern in Sachen Freiheit (Economic Freedom Index) auf Platz vier (Deutschland 16). Dies ist direkt verbunden mit der Produktivität und dem Umweltschutz. Ein maximaler Staat, planwirtschaftliche staatliche Kontrolle (Sozialismus) und der unbegrenzte Zugriff eines expansiven Staates mit ständig wachsenden Steuern und einer unbegrenzten Geldvermehrung in einem staatlichen Geldsystem sind die Voraussetzungen für immer weitere Krisen, die die Schweizer überwiegend in den EU-Nachbarländern beobachten können. Auch die Bezahlung sogenannter einfacher Berufe richtet sich in der Schweiz an der Nachfrage und Bedeutung aus und ist wesentlich besser als in Deutschland. Die Kombination von ökonomischem Druck (Einkommen-Steuern-Preisniveau= Kaufkraft) und erlebter Resonanz/Selbstwirksamkeit wirkt sich direkt auf die Beziehungsökonomie in den Familien aus. Ein gesundes Geldsystem ist insofern von zentraler Bedeutung für die Beseitigung eines expansiven Steigerungszwanges zur Erhaltung von Lebensqualität und Gesundheit. Der Einfluss dieser kollektiven Bedingungen und ihrer Bedeutung sowohl für das alltägliche Leben als auch für Krisen bis in die aktuelle Dauerkrise ist den meisten Menschen nicht bewusst und somit unsichtbar.

#### **Perspektive: Heilkunde und Gesundheitswesen**

Der Resonanzraum der Arzt-Patienten-Beziehung, Integration der Subsysteme, salutogenetische Förderung der Selbstheilungskräfte des Patienten, Zeit, Zuwendung, Aufmerksamkeit spielen eine zentrale Rolle; alles das, was in einer technischen Betrachtung von Behandlung unter die Räder gekommen ist und im deutschen Abrechnungssystem am schlechtesten bezahlt wird. Sowohl das humanmedizinische als auch das psychotherapeutische Verständnis richtet sich in dieser Perspektive ganz auf die gelingende Interaktion aus. In solch einer Beziehung reflektiert sich der Arzt und Therapeut auch selbst und wendet nicht nur EVB-Standardinterventionen an. Dies ist mit einem komplexen Verständnis von Gesundheit und Krankheit verbunden, das weit über einfache Kausalitäten hinausgeht und auch Aspekte der Lebensführung, Stressbelastung, Persönlichkeit

und Sozialkontext beinhaltet. Für die Psychotherapie führt dies zu einem komplexen Fallkonzept mit einer fokalen Identifikation ätiologisch relevanter und aktuell wirksamer psychodynamischer Stressbedingungen und zu einem komplexen Interaktionsverständnis auf mehreren parallel wirksamen Leveln. Dies erfordert sehr viel mehr Aufmerksamkeit, Komplexität im Fallverständnis und führt zu einer höheren Arbeitszufriedenheit. Wenn ein gesünderes Gesundheitssystem mit Vertrauen und Unterstützung des Patienten statt Expertokratie hierfür wieder die geeigneten Voraussetzungen schaffen könnte, dann stünde diese Medizin dem Patienten nicht mehr im Wege.

**Publiziert auf der Plattform: psych-for-me 3/2023**