Das Tabu Thema: Ist Krankheit selbstgemacht?

Oder ist Krankheit Schicksal? Von bösen Mächten geschickt?



Viele glauben noch an einen Teufel, an das Böse von außen, an das Schicksal, daß die Krankheit schickt oder an Vererbung und Zufall.

Die Psychotherapien sind hilflos. Sie haben die Übersicht verloren oder hängen an ihrer Tradition und verteidigen ihr Revier.

SPIEGEL

Da wächst kein Gras mehr

(Nr. 10/1995, Psychiatrie: Rückkehr der Elektroschock-Behandlung)

Liebe Herren Psychiater, so hört doch endlich mit dem Unfug auf, Leuten das Gehirn zu verbrennen. Wann gesteht Ihr Euch endlich ein und gebt zu, daß Ihr einfach nicht mehr weiter wißt? Wo sind denn bloß die geheilten Leute? Oder geht's Euch in Wirklichkeit nur ums liebe Geld?

Zürich FRANZ-XAVER ARNOLD

Mit schwer erhöhter Suizidrate und Rückfallquote nach einem Jahr sieht die Bilanz dieser Therapie stark negativ aus. Hat man erst die falschen Emotionen zerstört, ist die nichtoperative Enthirnung gelungen, so wächst da kein Gras mehr.

Krankheiten der Psyche dadurch heilen zu wollen, daß man das Gehirn durcheinanderrüttelt, muß ungefähr so effektiv sein wie der Versuch, Störungen eines Computerprogramms mit Hilfe von Fußtritten gegen die Festplatte zu beheben.

Wiesbaden MARGON NEUSER

Auf fast allen Lehrstühlen für Psychosomatik und Psychotherapie sitzen in Deutschland ausgerechnet Analytiker – und damit Vertreter jener Profession, die, wie der *Rheinische Merkur* schrieb, „nicht nur aus Patientensicht falsch am Platze sind".

Dieses strikt elitäre System ist quasi autark und kann seine Machtstrukturen durch die Ausbildung des eigenen Nachwuchses ständig festigen. Der wiederum hat – zur Wahrung von Pfründen oder aus ideologischen Motiven – kaum Interesse an einer Weiterentwicklung seiner Theorie. Statt dessen doktert die quasi-religiöse Vereinigung der Analytiker weiter mit dem Instrumentarium des 19. Jahrhunderts an den Zeitkrankheiten von heute herum.

Der Analytiker Johannes Cremerius kritisiert als einer von wenigen seiner Schule die Folgen: Die Mehrzahl der jungen Analytiker seien „Normopathen", Menschen, die so angepaßt sind, daß sie die für diesen Beruf nötigen Eigenschaften wie Empfindsamkeit, Wachheit und auch eigene Erfahrung mit menschlichem Leiden nicht haben.

„Die Psychoanalyse hat in Deutschland über Jahrzehnte eine Ausgrenzungspolitik gegenüber anderen Psychotherapie-Schulen betrieben", meint Winfried Rief, Lehrbeauftragter an der Universität Salzburg. Obwohl Erfolge längst be-

Homosexualität: Intolerante Psychoanalyse

Die meisten psychoanalytischen Ausbildungs-institute in Deutschland nehmen noch immer keine homosexuellen bewerber an. Mit dieser Diskriminierung zähle die institutionalisierte Psychoanalyse neben der katholischen Kirche zu den konservativsten Institutionen dieses Landes, betonte bei den letzten ,,Lindauer Psychotherapiewochen" der Münchner Psychoanalytiker E. Künzler.

Seelenkämpfe

Psychotherapie: Zu lang und sinnlos? Der dritte Weltkongreß für Psychotherapie in Hamburg sah rund 5000 Experten heftig diskutieren. Vor allem die klassische Therapie wird von Kritikern als zu lang, wenig wirksam und manchmal sogar sinnlos bezeichnet. „Was ich in zehn Sitzungen nicht erreichen kann, ist auch in 100 Sitzungen nicht zu erreichen", behauptet zum Beispiel der weltberühmte Psychotherapeut Paul Watzlawick, der mittlerweile neue Methoden bevorzugt.

Sinnlos? Herkömmliche Psychtherapien.



„Mein Todesurteil stand für die Mediziner fest – doch ich wollte mich einfach nicht damit abfinden und suchte nach Alternativen"

Hilfe zur Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen sind inzwischen ein wesentlicher Bestandteil unseres Gesundheitssysterns.

Im Jahr '89 existierten in der Bundesrepublik etwa 45.000 Selbsthilfegruppen, mit über 500.000 Menschen.

Es gibt viele Alternativen, doch die öffentliche Informationsverbreitung ist oft konservativ

Prof. Dr. Klaus Grawe, Bern forderte am 29. Mai 95 um 19.30 Uhr im Hessischen Rundfunk HR II

In der heutigen Psychotherapie sollten alle z.Zt. üblichen therapeutischen Verfahren in Anwendung gebracht werden. Insbesondere aber sollten die folgenden vier Prinzipien Beachtung finden:

1.) Der Therapeut sollte alle positiven Kräfte, Fähigkeiten und Möglichkeiten des Patienten zum Einsatz bringen. So können z.B. Patienten, die ihre Grenzen nicht kennen, mit Hilfe ihrer nächsten Angehörigen in Schranken gewiesen werden.

2.) Krisensituationen im Leben eines Patienten können nur bewältigt werden, wenn der Patient sie erneut wieder durchlebt und erleidet. Ängste müssen erneut wieder heraufbeschworen werden. Ein Patient mit Waschzwang muß alles Schmutzige erneut wieder berühren.

3.) Der Patient muß aktive Hilfe in der Bewältigung seiner Probleme erfahren. Er muß alles das lernen, was er selbst zu seiner Heilung beitragen kann. Ein Patient mit Schlafstörungen z.B. muß lernen, sich zu entspannen.

Erinnert sich ein Patient während der Therapie an frühere, noch unbewältigte Situationen, z.B. Demütigungen, die er als Kind in der Schule erlitten hat, so müssen diese aufgearbeitet werden.

4.) Der Patient muß sich über die Bedeutung seines Verhaltens klar werden. Nur so kann es ihm gelingen, sein Verhalten zu ändern, neue Verhaltensweisen zu erlernen, die Beziehungen zu Menschenund Dingen zu verändern und neue Beziehungen anzuknüpfen.

Prof.Klaus Grabe erwartet, daß die Krankenkassen in Zukunft nur noch solche Therapieformen durch Kostenerstattung unterstützen, die sich an den oben aufgeführten Richtlinien orientieren

Das Autorenteam um den Berner Psychologie-Professor **Klaus Grawe** „Psychologie im Wandel" (Hogrefe Verlag) untersuchte in 13 jähriger Arbeit den Therapiemarkt und kommt zu der Forderung, daß die Psychotherapie endlich aus dem konfessionellen Schulenstreit heraustreten und einen am Klienten orientierten Ansatz entwickeln sollte, der von Fall zu Fall verschiedene Methoden erlaubt.

Dies ist mit dem Konzept der Synergetik Therapie schon verwirklicht. Überdies gelang mit dem synergetischen Ansatz eine vom Inhalt unabhängige und kulturneutrale und wertfreie Therapieform, die auf Energietransformationen im Sinne von Selbstorganisationseffekten aufbaut. Der wissenschaftliche Hintergrund der Synergetik stellt die Verbindung innerhalb der unterschiedlichen Therapiemethoden dar. Es funktioniert!

Die Synergetik Therapie stellt demnach den ersten, übergreifenden, pragmatischen Ansatz dar, der auch die Hoffnung erlaubt, Krankheiten auf der körperlichen Ebene zu heilen.