

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch – Veränderte Störungsbilder – neue Herausforderungen

Prof. Dr. Heiner Keupp

Vortrag bei der Jahrestagung der Sektion Klinik und Praxis der DAGG am 1. Februar in Essen-Werden



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

These 1

Subjekte in einer individualisierten und globalisierten Gesellschaft können in ihren Identitätsentwürfen nicht mehr problemlos auf kulturell abgesicherte biographische Schnittmuster zurückgreifen. In diesem Prozess stecken ungeheuerere Potentiale für selbstbestimmte Gestaltungsräume, aber auch für die leidvolle Erfahrung des Scheiterns. Psychotherapie kann für Subjekte ein hilfreiches Angebot sein, sich in diesen gesellschaftlichen Umbruchprozessen Unterstützung bei einer Neuorientierung, Reflexion und Selbstorganisation zu holen, sie kann aber auch „Trainingslager“ für Fitness im Netzwerkkapitalismus liefern. Sie stellt einen Rahmen der „inneren Modernisierung“ dar, aber die Frage, was in diesem Rahmen Emanzipation oder Affirmation sein kann, bleibt auf der Tagesordnung.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Von der Notwendigkeit einer psychotherapeutischen Gesellschaftsdiagnostik als Alternative zur weitverbreiteten „Gesellschaftsvergessenheit“ oder „sozialen Amnesie“ (Russell Jacoby) der institutionalisierten Psychotherapie.

These 2

Die Psychotherapiegesetzgebung hat auf dem Therapiemarkt ein Ordnungsdispositiv geschaffen, das die Diskurse zur Psychotherapie erkennbar verändert hat. Diskurse über den gesellschaftlichen Stellenwert von Psychotherapie und ihre Menschenbilder sind fast verstummt. Psychotherapie definiert sich gerne als Reflexionsangebot an Menschen, aber das eigene Tun soll tunlichst davon nicht betroffen sein. So überlässt man öffentliches Rasonieren über Psychotherapie dem Ressentiment selbsternannter Kritiker.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

These 3

Wir haben eine Phase hinter uns, in der ein ungeheuer expansiver Psycho-
markt entstanden ist. Neben psychotherapeutischen Verfahren, die auf eine
lange Tradition von Erfahrung und wissenschaftlicher Überprüfung verweisen
können, haben sich selbstermächtigte Gurus und Psychotechnologien eta-
bliert. Die einen liefern vor allem esoterische Heilslehren, die anderen ver-
haltenstechnologisches „change management“. Märkte funktionieren nicht
nach wissenschaftlichen Qualitätsstandards, sondern müssen zumindest ein
plausibles „Gebrauchswertversprechen“ abgeben. Sie müssen bei potentiellen
KonsumentInnen die Hoffnung erzeugen, dass sie etwas für sie Wichtiges oder
Brauchbares anzubieten haben. Das kann praktische Lebenshilfe, die Über-
windung von Leiden, beruflicher Erfolg oder weltanschauliche Beheimatung
sein. Es stellt sich die Frage, in welcher Gesellschaft wir eigentlich leben und wie
sie die Nachfrage nach spezifischen psychokulturellen Deutungen und
Dienstleistungen erzeugt.

These 4

Die gesellschaftliche Figuration der Gegenwartsgesellschaft wird als „fluide Gesellschaft“ bezeichnet, in der Individualisierung, Pluralisierung, Globalisierung, Flexibilisierung und Mobilität den Grundriss der Gesellschaft qualitativ verändern. Die großen Gesellschaftsdiagnostiker der Gegenwart sind sich in ihrem Urteil relativ einig: Die aktuellen gesellschaftlichen Umbrüche gehen ans „Eingemachte“ in der Ökonomie, in der Gesellschaft, in der Kultur, in den privaten Welten und auch an die Identität der Subjekte. In Frage stehen zentrale Grundprämissen der hinter uns liegenden gesellschaftlichen Epoche, die sich in unseren Köpfen zu Selbstverständlichkeiten verdichtet hatten. Lebensführung und Identitätsbildung werden in diesen Veränderungen zu zugleich chancen- und risikoreichen Projekten. Genau aus diesem Grund wird Psychotherapie aufgesucht.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

„Die wichtigste der gegenwärtigen globalen Veränderungen betrifft unser Privatleben – Sexualität, Beziehungen, Ehe und Familie. Unsere Einstellungen zu uns selbst und zu der Art und Weise, wie wir Bindungen und Beziehungen mit anderen gestalten, unterliegt überall auf der Welt einer revolutionären Umwälzung. (...) In mancher Hinsicht sind die Veränderungen in diesem Bereich komplizierter und beunruhigender als auf allen anderen Gebieten. (...) Doch dem Strudel der Veränderungen, die unser innerstes Gefühlsleben betreffen, können wir uns nicht entziehen.“

Quelle: A. Giddens: Entfesselte Welt. Wie die Globalisierung unser Leben verändert (2001)

„Die wachsende Mobilität führt zu einer Vereinsamung der Menschen. Familien werden auseinander gerissen. Ehen werden geschieden. Ältere bleiben alleine zurück.“

Psychiaterin Prof. Dr. Sabine Herpertz

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

„Wichtig ist, die eigenen Stärken und Schwächen zu erkennen und damit umzugehen. Perfektionistische Menschen, die besonders gefährdet sind, an Depressionen zu erkranken, sollten akzeptieren, dass sie nicht immer 100 Prozent geben müssen, sondern auch mal etwas liegen lassen können.“

Psychiaterin Prof. Dr. Sabine Herpertz

Das „erschöpfte Selbst“ – Denkanstoss von Alain Ehrenberg

Er geht davon aus, dass Subjekte in der globalisierten Gesellschaft ein hohes Maß an Identitätsarbeit leisten müssen. Die zunehmende Erosion traditioneller Lebenskonzepte, die Erfahrung des „disembedding“ (Giddens), die Notwendigkeit zu mehr Eigenverantwortung und Lebensgestaltung haben Menschen in der Gegenwartsgesellschaft viele Möglichkeiten der Selbstgestaltung verschafft. Zugleich ist aber auch das Risiko des Scheiterns gewachsen. Vor allem die oft nicht ausreichenden psychischen, sozialen und materiellen Ressourcen erhöhen diese Risikolagen.

Das „erschöpfte Selbst“ – Denkanstoss von Alain Ehrenberg

Die gegenwärtige Sozialwelt ist als „flüchtige Moderne“ charakterisiert worden, die keine stabilen Bezugspunkte für die individuelle Identitätsarbeit zu bieten hat und den Subjekten eine endlose Suche nach den richtigen Lebensformen abverlangt. Diese Suche kann zu einem „erschöpften Selbst“ führen, das an den hohen und in den vorherrschenden gesellschaftlichen Ideologien extrem geförderten Ansprüchen an Selbstverwirklichung und Glück gescheitert ist.

Dekonstruktion moderner Identitätsannahmen

In der Dekonstruktion grundlegender Koordinaten modernen Selbstverständnisses sind vor allem Vorstellungen von Einheit, Kontinuität, Kohärenz, Entwicklungslogik oder Fortschritt zertrümmert worden. Begriffe wie Kontingenz, Diskontinuität, Fragmentierung, Bruch, Zerstreuung, Reflexivität oder Übergänge sollen zentrale Merkmale der Welterfahrung thematisieren.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

„Zum Glück hat der Mensch schon als Individuum keine scharfen Ränder. Identität ist eine plastische Größe; jeder von uns lebt mit mehreren Hüten und kann seine Loyalität verteilen, ohne sie oder sich zu verraten.“

Quelle: Adolf Muschg: „Identität ist noch nirgends vom Himmel gefallen“. *In: Süddeutsche Zeitung vom 12. Mai 2005*

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Wie fertigen die Subjekte ihre patchworkartigen Identitätsmuster? Wie entsteht der Entwurf für eine kreative Verknüpfung? Wie werden Alltagserfahrungen zu Identitätsfragmenten, die Subjekte in ihrem Identitätsmuster bewahren und sichtbar unterbringen wollen? Woher nehmen sie Nadel und Faden und wie haben sie das Geschick erworben, mit ihnen so umgehen zu können, dass sie ihre Gestaltungswünsche auch umsetzen können?

Reflexive Modernisierung: FLUIDE GESELLSCHAFT

Individualisierung

Pluralisierung

Dekonstruktion von
Geschlechtsrollen

Wertewandel

Disembedding

Globalisierung

Digitalisierung

Grenzen geraten in Fluss, Konstanten werden zu Variablen.

Wesentliche Grundmuster der FLUIDEN GESELLSCHAFT:

Entgrenzung

- Entgrenzte Normalbiographien
- Wertpluralismus
- Grenzenloser Virtueller Raum
- Kultur/Natur: z.B. durch Gentechnik, Schönheitschirurgie
- ‚Echtes‘/, ‚Konstruiertes‘

Fusion

- Arbeit-Freizeit (mobiles Büro)
- Hochkultur-Popularkultur (Reich-Ranicki bei Gottschalk)
- Crossover, Hybrid-Formate
- Medientechnologien konvergieren

Durchlässigkeit

- Größere Unmittelbarkeit: Interaktivität, E-Commerce
- Fernwirkungen, Realtime
- Öffentlich/Privat (z.B. WebCams)
- Lebensphasen (z.B. ‚Junge Alte‘)

Wechselnde Konfigurationen

- Flexible Arbeitsorganisation
- Patchwork-Familien, befristete Communities (z.B. Szenen)
- Modulare Konzepte (z.B. Technik)
- Sampling-Kultur (Musik, Mode)

Neue Meta-Herausforderung BOUNDARY-MANAGEMENT

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Jürgen Habermas sieht einen „Formwandel der sozialen Integration“:

„Die Ausweitung von Netzwerken des Waren-, Geld-, Personen- und Nachrichtenverkehrs fördert eine Mobilität, von der eine sprengende Kraft ausgeht.“

Diese Entwicklung fördert eine „zweideutige Erfahrung“: „die Desintegration haltgebender, im Rückblick autoritärer Abhängigkeiten, die Freisetzung aus gleichermaßen orientierenden und schützenden wie präjudizierenden und gefangennehmenden Verhältnissen. Kurzum, die Entbindung aus einer stärker integrierten Lebenswelt entlässt die Einzelnen in die Ambivalenz wachsender Optionsspielräume. Sie öffnet ihnen die Augen und erhöht zugleich das Risiko, Fehler zu machen. Aber es sind dann wenigstens die eigenen Fehler, aus denen sie etwas lernen können.“

Quelle: Jürgen Habermas: Die postnationale Konstellation 1998.

„Der Tod des Selbst“

„Es gibt wenig Bedarf für das innengeleitete, ‘one-style-for-all’ Individuum. Solch eine Person ist beschränkt, engstirnig, unflexibel. (...) Wir feiern jetzt das proteische Sein (...) Man muss in Bewegung sein, das Netzwerk ist riesig, die Verpflichtungen sind viele, Erwartungen sind endlos, Optionen allüberall und die Zeit ist eine knappe Ware“

Quelle: Kenneth J. Gergen: The self: Death by technology (2000).

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

1. „DRIFT“: Von einer „langfristigen Ordnung“ zu einem „neuen Regime kurzfristiger Zeit“.
2. Deregulierung: Anstelle fester institutioneller Muster netzwerkartige Strukturen.
3. Von „festen Charaktereigenschaften“ zum „vermeiden langfristiger Bindungen“ und zur „Hinnahme von Fragmentierung“.
4. Deutungsverlust: „Im flexiblen Regime ist das, was zu tun ist, *unlesbar* geworden“.
5. Der flexible Mensch: ein „nachgiebiges Ich, eine Collage von Fragmenten“ - ohne Kohärenz.
6. Das Scheitern ist das große Tabu.
7. Gemeinschaftssehnsucht als „Mauer gegen eine feindliche Wirtschaftsordnung“.

Quelle: Richard Sennett: Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus 1998.

Für Salman Rushdie

ist das Ich „ein schwankendes Bauwerk
ist, das wir aus Fetzen, Dogmen, Kind-
heitsverletzungen, Zeitungsartikeln, Zu-
fallsbemerkungen, alten Filmen, kleinen
Siegen, Menschen, die wir hassen, und
Menschen, die wir lieben,
zusammensetzen.“

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

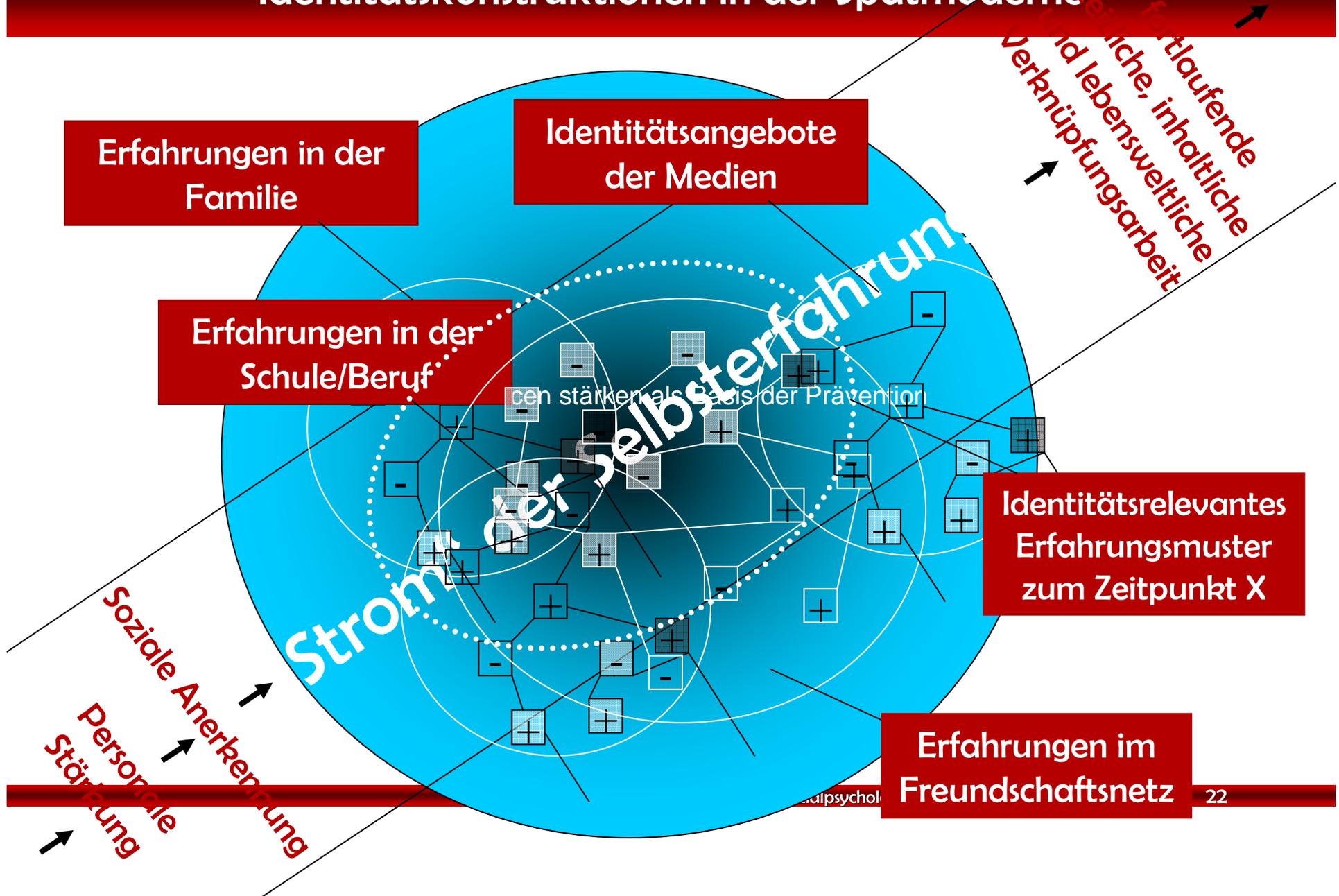
„Aber wenn man glaubt, dass die ganze Lebensgeschichte nur aus einer willkürlichen Sammlung von Fragmenten besteht, lässt das wenig Möglichkeiten, das plötzliche Scheitern einer Karriere zu verstehen. Und es bleibt kein Spielraum dafür, die Schwere und den Schmerz des Scheiterns zu ermessen, wenn Scheitern nur ein weiterer Zufall ist.“

Quelle: Richard Sennett (1998). Der flexible Mensch.

These

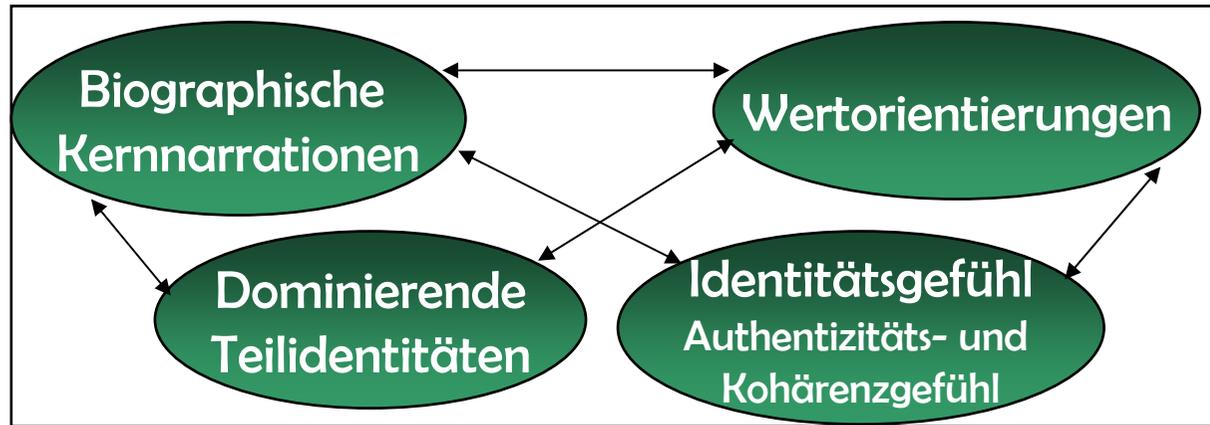
Identitätsarbeit hat als Bedingung und als Ziel die Schaffung von Lebenskohärenz. In früheren gesellschaftlichen Epochen war die Bereitschaft zur Übernahme vorgefertigter Identitätspakete das zentrale Kriterium für Lebensbewältigung. Heute kommt es auf die individuelle Passungs- und Identitätsarbeit an, also auf die Fähigkeit zur Selbstorganisation, zum "Selbsttätigwerden" oder zur „Selbsteinbettung“. Das Gelingen dieser Identitätsarbeit bemisst sich für das Subjekt von Innen an dem Kriterium der Authentizität und von Außen am Kriterium der Anerkennung.

Identitätskonstruktionen in der Spätmoderne

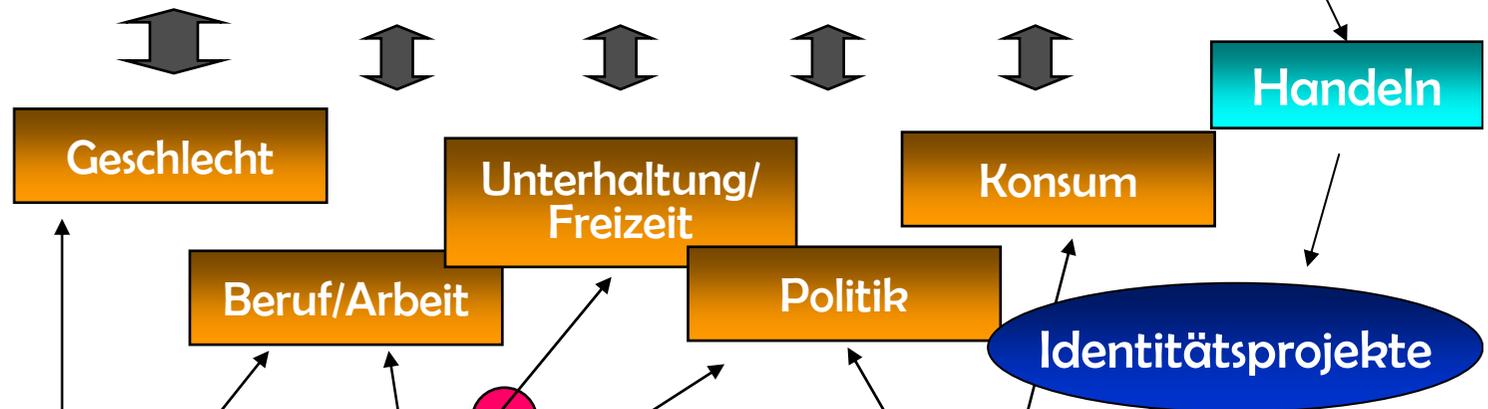


Identitätsarbeit in der Spätmoderne

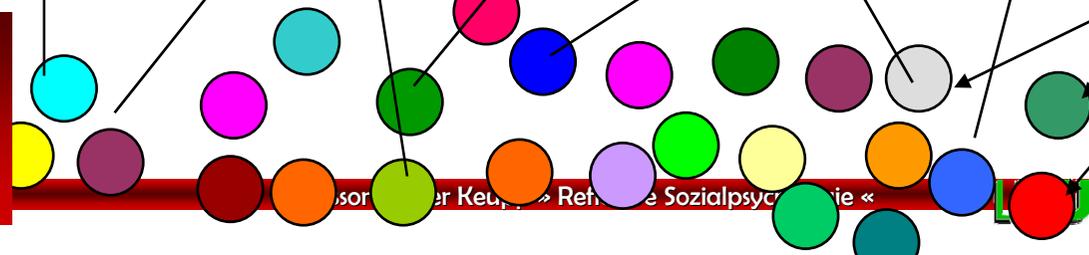
Ebene
Meta-
identität



Ebene
Teilidentitäten
z.B.



Ebene
situative Selbst-
thematizierungen



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

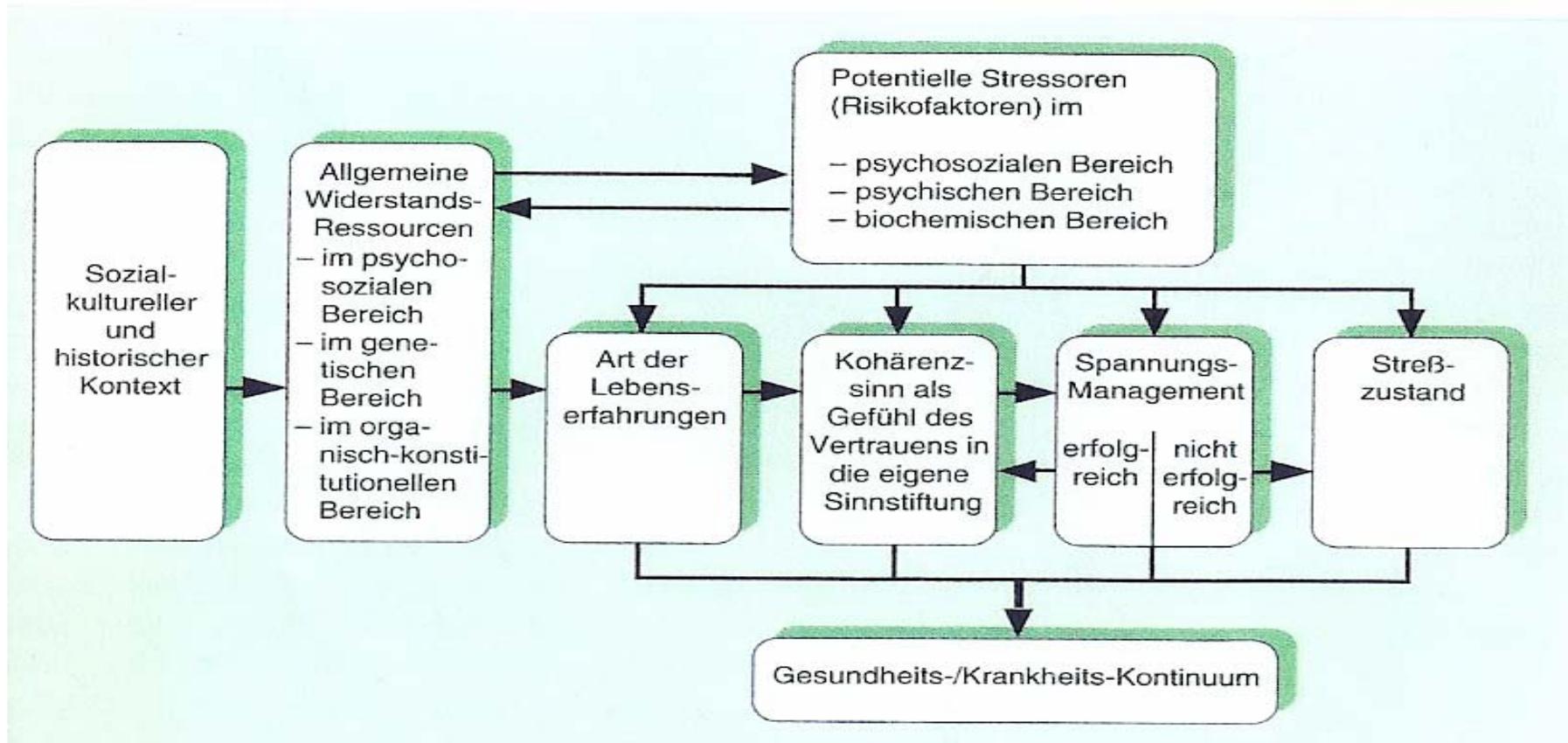
- ❖ Herstellung eines kohärenten Sinnzusammenhangs.
- ❖ Die Fähigkeit zum „boundary management“.
- ❖ Sie brauchen „einbettende Kulturen“.
- ❖ Sie benötigen eine materielle Basissicherung.
- ❖ Sie benötigen die Erfahrung der Zugehörigkeit.
- ❖ Sie brauchen einen Kontext der Anerkennung.
- ❖ Beteiligung am alltäglichen interkulturellen Diskurs.
- ❖ Sie brauchen zivilgesellschaftliche Basiskompetenzen.

Salutogenese

Was ist Salutogenese?

- Das Konzept stammt von Aaron Antonovsky.
- Sein "salutogenetisches" Denkmodell (abgeleitet vom lateinischen Begriff Saluto für Gesundheit) formuliert eine Alternative zu Pathogenese, also zur Entstehung von Krankheiten.
- Gesundheit und Krankheit sind keine sich ausschließenden diskreten Zustände, sondern bilden ein Kontinuum.
- Gefragt ist nicht, was macht krank, sondern wie schaffen es Menschen, gesund zu bleiben, trotz unterschiedlicher gesundheitlicher Belastungen.
 - Von besonderer gesundheitsförderlicher Bedeutung sind die Widerstandsressourcen einer Person.
- Von besonderer Relevanz ist der "*Kohärenzsinn*", die Fähigkeit, in seinem Leben Sinn zu entdecken oder zu stiften.

Was ist Salutogenese?



Das salutogenetische Modell von Antonovsky (nach Antonovsky 1979, 185).

Salutogenese

Kohärenz ist das Gefühl, dass es Zusammenhang und Sinn im Leben gibt, dass das Leben nicht einem unbeeinflussbaren Schicksal unterworfen ist.

Der *Kohärenzsinn* beschreibt eine geistige Haltung:

- Meine Welt erscheint mir verständlich, stimmig, geordnet; auch Probleme und Belastungen, die ich erlebe, kann ich in einem größeren Zusammenhang sehen (Verstehbarkeit).
- Das Leben stellt mir Aufgaben, die ich lösen kann. Ich verfüge über Ressourcen, die ich zur Meisterung meines Lebens, meiner aktuellen Probleme mobilisieren kann (Handhabbarkeit).
- Für meine Lebensführung ist jede Anstrengung sinnvoll. Es gibt Ziele und Projekte, für die es sich zu engagieren lohnt (Bedeutsamkeit).
 - Der Zustand der *Demoralisierung* bildet den Gegenpol zum Kohärenzsinn.

Leben mit Differenz

	DEUTSCHE			MIGRANTINNEN			INSGESAMT		
	Frauen	Männer	alle	Frauen	Männer	alle	Frauen	Männer	alle
Demoralisierung***	39,00	27,78	34,63	47,40	34,46	42,43	42,04	30,17	37,44
psychosomat. Sympt.	35,97	20,98	30,17	36,36	21,99	30,96	36,11	21,33	30,45
Krankheiten***	7,83	5,45	6,90	6,64	4,61	5,88	7,38	5,14	6,53
Fam. Belast.***	4,91	5,81	5,26	7,73	7,34	7,58	5,94	6,36	6,10
Schule	10,23	10,18	10,21	10,11	9,93	10,04	10,19	10,09	10,15
Arbeit	3,09	4,09	3,98	3,84	4,60	4,12	3,88	4,27	4,03
Kohärenz-sinn***	56,89	60,76	58,41	53,89	57,88	55,38	55,78	59,73	57,30

Leben mit Differenz

Demoralisierung	Frauen			Männer		
	Deutsche	Migrant	Gesamt	Deutsche	Migrant.	Gesamt
Neg. Selbsteinschätz. Selbsteinschätzung	22,6	24,8	3260	15,0	17,7	2068
Gefühl der Hilfs-/ Hoffnungslosigkeit	23,0	33,5***	3211	10,7	18,5***	2038
Gefühle von Dauerstress	18,3	28,5***	3226	12,6	16,7*	2042
Gefühl der Niedergeschlagenheit	42,7	52,0***	3241	26,8	31,3*	2048
Zukunftssorgen	34,2	47,7***	3252	24,9	34,4***	2054

Leben mit Differenz

- Die Demoralisierungswerte unterscheiden sich signifikant nach Herkunft und Geschlecht. Die höchsten Werte zeigen Migrantinnen.
- Bei psychosomatischen Symptomen gibt es geschlechtsspezifische, aber keine migrationspezifischen Unterschiede.
- Migranten berichten über weniger Krankheiten als die Deutschen.
- Umso länger Heranwachsende mit Migrationshintergrund in Deutschland leben, desto niedriger ist ihr Kohärenzgefühl und desto höher ihre Demoralisierung
- Der Kohärenzsinn ist bei Männern höher als bei Frauen und bei Deutschen deutlich höher als bei MigrantInnen.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Was brauchen Menschen für eine produktive Lebensbewältigung?

- Sie müssen ihre eigene Lebenserzählung finden, die für sie einen kohärenten Sinnzusammenhang stiftet.
- Sie müssen in einer Welt der universellen Grenzüberschreitungen ihr eigenes „boundary management“ in bezug auf Identität, Wertehorizont und Optionsvielfalt vornehmen.
- Sie brauchen die „einbettende Kultur“ soziale Netzwerke und die soziale Kompetenz, um diese auch immer wieder mit zu erzeugen.
- Sie benötigen die erforderliche materielle Basissicherung, die eine Zugangsvoraussetzung für die Verteilung von Lebenschancen bildet.
- Sie benötigen die Erfahrung der Zugehörigkeit zu der Gesellschaft, in der sie ihr Lebensprojekt verwirklichen wollen.
- Sie brauchen Kontexte der Anerkennung, die die basale Voraussetzung für eine gelingende Identitätsarbeit sind.
- Sie brauchen Voraussetzungen für den alltäglichen interkulturellen Diskurs, der in einer Einwanderungsgesellschaft alle Erfahrungsbereiche durchdringt.
- Sie müssen die Chance haben, in Projekten des bürgerschaftlichen Engagements zivilgesellschaftliche Basiskompetenzen zu erwerben.