



PSYCHOLOGIE UND GESELLSCHAFT

Resonanz statt Technisierung

Perspektiven der kritischen Psychotherapie
für eine gesündere Gesellschaft

Der unserem Wirtschaftssystem inhärente Steigerungszwang führt zu Entwurzelung und zu weniger Resonanz Erfahrungen. Perspektiven aus Sicht der kritischen Psychotherapie als Impuls für notwendige Debatten.

MARTIN WENDISCH

Philosophische Analysen erkennen eine Technokratie des Humanen (Transhumanismus) und eine Vereinsamung in bindungsarmen Parallelwelten (Digitalisierung). Das Liberalitätsprinzip moderner Staatlichkeit droht durch quasireligiösen Fortschrittsglauben (Positivismus) und ökonomische «Wachstumsspirale» (Wirtschaftswissenschaftler Hans Christoph Binswanger) in einen autoritären Globalismus abzurutschen. Neoliberales Kernmerkmal ist die zunehmende Machtkonzentration des digital-finanziellen Komplexes und transnationaler staatlicher Macht, die – wieder mal – die Welt retten muss (Terror, Klima, Krieg, Inflation).

Soziologische Analysen erkennen einen exponentiellen Steigerungszwang mit permanenter Beschleunigung der Lebensverhältnisse in den Bereichen Arbeit, Bildung, Familie und Freizeit. Dies führt zu einem kollektiven Resonanzverlust und zu sinnlicher, ökologischer, sozialer und religiöser Verarmung und Fragmentierung. Das Freiheitsversprechen der Globalisierung kippt durch ökonomische Beschleunigung in einen Steigerungszwang mit zunehmender Entwurzelung (Flexibilität, Mobilität, Migration) mit der neoliberalen Vision eines globalen Menschen ohne Grenzen: der homo oeconomicus.

Der Steigerungszwang ist resonanzfeindlich und mit Einschränkungen der Freiheit und Folgen für Ökologie und Gesundheit verbunden. Die ökonomische Analyse führt in das Fundament des Finanzsystems: das staatliche Geldsystem der Zentralbanken, das ausschliesslich der Vermehrung des staatlichen Einflusses und der Finanzierung politischer Projekte dient. Der Wert dieses vom Wert entkoppelten Gelds erodiert schneller, als man es erarbeiten kann, und hat eine schleichende Enteignungsfunktion (Inflation). Durch «Soft-Power-Psychotechniken» und «Framing-Propaganda» wird die Verantwortung auf die Bürger abgeladen und von ihnen internalisiert («ich bin schuldig, schädlich, ich muss mich ändern»).

Die Psychotherapie hat sich damals wie heute als dienstbare Profession erwiesen, die die Verhältnisse als Individualproblem behandelt, anstatt auch die gesellschaftlichen Verhältnisse in den Blick zu nehmen. Die Kombination von ökonomischem Druck und erlebter Resonanz respektive Selbstwirksamkeit wirkt sich

direkt auf die Beziehungsökonomie in den Familien aus. Ein nicht-expansives Geldsystem ist von zentraler Bedeutung für die Beseitigung des Steigerungszwanges. Es würde Lebensqualität und Gesundheit erhalten im Rahmen eines organischen zyklischen Wachstums. Psychotherapie hat nicht nur die Aufgabe, valide Modelle geeigneter Behandlungen zu entwickeln, sondern auch die toxischen respektive heilsamen biografischen und kollektiven Einflüsse auf die Gesundheit der Menschen zu erkennen. Sie ist sowohl individuelle Behandlung als auch kollektive Aufklärung über gesellschaftliche Fehlentwicklungen und Lösungen.

Perspektive: Eine humane Wissenschaft

Unter Wissenschaft wird heute fast ausschliesslich die empirisch-positivistische Wissenschaft verstanden. Der Mensch wird in ihr auf seine vermeintlich berechenbaren und messbaren Aspekte reduziert und zum Gegenstand (Objekt) politischer oder psychotherapeutischer Interventionen. Wir brauchen die Entwicklung zu einer humanen Wissenschaft. Das Ziel ist, dem Menschen in seiner biopsychosozialen Realität, seinem unverfügbaren und unberechenbaren Bewusstsein (Seele), seiner ökobiologischen Vernetzung (Körper) und seinem höheren Denkvermögen (Geist) gerecht zu werden. Dazu brauchen wir einen kausalwissenschaftlichen Zugang (Natur), einen kommunikativ teilhabenden Zugang (Bewusstsein) und einen handlungswis-

Der Mensch wird auf vermeintlich berechenbare und messbare Aspekte reduziert.

senschaftlichen Zugang (Verständnis der Grundlagen menschlichen Handelns). Daraus ergeben sich weitere Perspektiven: Resonanz, Liberalität und Integration, auf die ich im Folgenden näher eingehen möchte.

Der soziologische Resonanzbegriff ist die humane Antwort auf Prozesse der Technisierung oder auf die schleichende Entfremdung in Bildung, Gesundheit, Ökonomie, Politik und auch in den persönlichen Lebensbereichen des Vereins, der Schule, Kirche, Arbeit, Familie und der Partnerschaft. Resonanz spiegelt die Sehnsucht nach Verbundenheit und Antwort eines Gegenübers wider und ist eng mit Entschleunigung, Achtsamkeit, natürlichen Wachstumsprozessen und der Akzeptanz von Leiden und Heilung verknüpft. «Libe-



Die Psychotherapie wird in einem zukünftigen Gesundheitswesen eine Schlüsselfunktion einnehmen und ihre Stimme gegen Fehlentwicklungen des Zeitgeists erheben.

ralität» wiederum ist verbunden mit der Unantastbarkeit der Grundrechte, der freien Meinungsäußerung, der freien Entfaltung des eigenen Leistungsvermögens und der Herausbildung einer selbstreflexiven Persönlichkeit. «Integration» schliesslich spiegelt im Gegensatz zur posttraumatischen Fragmentierung den umgekehrten Prozess eines Wachstums und einer Wiederherstellung der Erlebens-, Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit wider. Gelingende Kommunikation ist der Kern einer wissenschaftlichen Betrachtung von Humanmedizin und Psychotherapie.

Perspektive: Bindung

Die Qualität der Bindung entscheidet nicht nur über die Auswirkung schwerer Stressbelastungen, sondern ist als gelingende Kommunikation auch die Basis für das Wirkungsverständnis psychotherapeutischer und medizinischer Behandlung. Bindung spielt auch in der Schule eine Rolle, wenn es um die persönliche Vermittlung und das gemeinsame Erarbeiten von Bildungsinhalten geht. Für den Unterricht gilt trotz den Entwicklungen in der Pandemie: maximal 25 Prozent Digitalisierung und mindestens 75 Prozent persönliche Pädagogik und Vermittlung, denn gerade Schüler brauchen in ihrer Entwicklung persönliche Resonanz und eine nur begrenzte Nutzung technischer Medien.

Persönliche Resonanz ist direkt mit der Entwicklung von Intelligenz und Sprache verbunden als Basis für die eigene Selbstwirksamkeit in Kommunikation

und Beziehung. Dies gilt auch für Familien: Die leibliche und emotionale Verbundenheit mit den Eltern spielt eine zentrale Rolle für spätere Bindungsqualität und Gesundheit. Die Anerkennung geschlechtlicher Komplementarität ermöglicht uns den Zugang zu einer Wertschätzung unterschiedlicher Beziehungsmöglichkeiten mit Kindern. Mütterliche und väterliche Aufmerksamkeit, in Konfliktsituationen auch mit Beharrlichkeit, sind der Schlüssel für einen «neuen» Autoritätsbegriff. Dabei geht es um die Bewältigung phasenspezifischer Entwicklungskrisen von Kindern und Jugendlichen durch resonanzfreundliche Zuwendung, die nicht beherrschen, sondern gemeinsam Herausforderungen bewältigen will.

Perspektive: Heilkunde und Gesundheitswesen

Der Resonanzraum der Arzt-Patienten-Beziehung als wechselseitiger Austausch, das salutogenetisch geprägte Vertrauen in die Selbstheilungskräfte der Patienten sowie Zeit und Aufmerksamkeit: Alle diese Faktoren spielen eine zentrale Rolle. In einem technisch geprägten Gesundheitswesen sind sie aber am schlechtesten bezahlt. Das humanmedizinische und psychotherapeutische Verständnis richtet sich in einer resonanten Perspektive ganz auf die Interaktion aus: Ärzte und Therapeutinnen reflektieren sich und die Patienten. Zudem wenden sie nicht nur Standardinterventionen an. Dies ist mit einem komplexen Verständnis von Gesundheit und Krankheit verbunden, in

dem Lebensführung, aktuelle, biografische, transgenerationale Stressbelastungen sowie Persönlichkeit und Sozialkontext als prinzipiell verbunden betrachtet werden (Belastungskaskade).

Für die Psychotherapie führt dies zu einem Fallkonzept mit einem Fokus auf ätiologisch und aktuell wirksame Stressbedingungen und zu einem Interaktionsverständnis mit vier parallel wirksamen Leveln: Auf Level 1 geht es um die Entwicklung eines gemeinsamen Verständnisses der Erkrankung, der eigenen Persönlichkeit oder der Konflikte durch schrittweise Aufmerksamkeitslenkung auf alle relevanten Aspekte der Belastungskaskade mit dem Ziel eines vertieften Selbstverständnisses. Auf Level 2 geht es um nachträglich-biografische und aktuelle Emotionsverarbeitung zentraler emotionaler Erfahrungen mit dem Ziel, emotionalen Wachstums und stärkerer Resilienz. Auf Level 3 geht es um die interaktionelle Bewährung des Therapeuten oder der Therapeutin in der Vermittlung einer hilfreichen Erfahrung im Umgang mit Konflikten oder Kränkungen. Auf Level 4 schlussendlich geht es um die direkte Bewältigung emotionaler, interpersoneller oder symptomatischer Belastungen ausserhalb der therapeutischen Beziehung. Diese Interaktion erfordert wesentlich mehr Aufmerksamkeit als eine Alltagsinteraktion und führt zu höherer Arbeitszufriedenheit bei Ärzten und Psychotherapeutinnen.

Wenn ein Gesundheitssystem hierfür die geeigneten Voraussetzungen schafft, steht dieser Medizin der Verbundenheit des Patienten mit sich selbst nichts mehr im Wege. Dies erfordert eine Aufwertung der «sprechenden Medizin und Psychotherapie» und eine Bezahlung nach Zeitaufwand. Die einheitliche Bezahlung des Zeitaufwands quer durch alle Leistungsgruppen würde eine Bevorzugung weniger zeitintensiver pharmakologischer oder apparativer Intervention begrenzen und könnte auch eine Lösung für die Kostenexplosion im Gesundheitswesen sein. Es zeigt sich, dass eine zuwendungsintensivere, biopsychosoziale Medizin sowohl mit wachsender Patientenzufriedenheit verbunden ist als auch mit einem Absinken des ökonomischen Drucks auf Seiten der Ärztinnen und Ärzte. Die Bereitschaft zur Identifikation mit Patientinnen und Patienten und zu einem ernst zu nehmenden Verständnis ihrer Geschichte sind neben dem grundsätzlichen Resonanzbedürfnis nach sinnvoller Arbeit und Beziehung die tragenden Kräfte unserer Arbeit.

Die Psychotherapie der Zukunft wird nicht mehr durch künstliche Abgrenzung der Verfahren und Schulen geprägt sein, sondern durch eine psychodynamisch-humanistisch fundierte Arbeit mit verhaltenstherapeutischen und systemischen Erweiterungen – mit Spezialisierung auf unterschiedliche Settings (bei-

spielsweise Klinik, Praxis, Paar, einzeln, Gruppe, hochfrequent, aufsuchend, Schule). Die sprechende Medizin und Psychotherapie wird eine Schlüsselfunktion in einem zukünftigen Gesundheitswesen haben und ihre Stimme erheben gegen Fehlentwicklungen des Zeitgeists. Der Gesundheitssektor ist der beginnende und erstmalig immaterielle Marktzyklus (sogenannter 6. Kondratjew-Zyklus) und damit die anstehende Zukunftsaufgabe für Psychotherapie und Humanmedizin in den nächsten Jahrzehnten. ♦

DER AUTOR

Der promovierte Psychologe Martin Wendisch studierte neben Psychologie Philosophie und evangelische Theologie. Er war wissenschaftlicher Mitarbeiter in Marburg und Bern. Martin Wendisch arbeitet als Psychotherapeut, Dozent, Gutachter, Supervisor und Buchautor in Freiburg im Breisgau und hat sich in Verhaltenstherapie, Psychoanalyse sowie systemischer Therapie weitergebildet. Seit 2008 beschäftigt er sich intensiv mit Ökonomie und ihren Auswirkungen auf die Gesellschaft.

KONTAKT

dr.wendisch@psychotherapie-freiburg.com

LITERATUR

Wendisch, M. (2021). *Kritische Psychotherapie – interdisziplinäre Analysen einer leidenden Gesellschaft*. Bern: Hogrefe.

Nefiodow, L., & Nefiodow, S. (2021). *Ökonomie: Warum Wirtschaft und Gesellschaft Psychotherapie brauchen*. In Wendisch, M. (Hrsg.), *Kritische Psychotherapie* (S. 41–53). Bern: Hogrefe.