

Wilhelm Salber

## **Kultur als Co-Therapeut und Patient**

Wir beobachten im Augenblick einen Therapie-Boom, der von den vorhandenen Therapeuten gar nicht zu bewältigen ist. Wir haben dabei auch seltsame Diagnosen, die Ärzte behaupten von den Leuten, die sich therapieren ließen, wäre die Hälfte depressiv. Dann beobachten wir ferner, dass wir im Augenblick einen Flüchtlingsstrom haben. Diesen Flüchtlingsstrom, den hätten wir seit 1990 eigentlich erwarten und auch entsprechend vorbereiten können, haben wir aber nicht. Und dann kommt als drittes: Wir reden mit den Leuten, aber die verstehen gar nicht mehr, was wir erzählen. Selbst wenn wir einfach erzählen. Die sind andere Formen des Zuhörens gewöhnt und meistens haben sie gar keine Zeit, sich auf das einzulassen, was wir ihnen psychologisch erzählen. Das sind die Beobachtungen und auf diese Beobachtungen bezogen habe ich Ihnen jetzt einige Thesen vorzutragen.

Die erste These ist: Wir haben gar nicht nur mit sogenannten Individuen zu tun oder Persönlichkeiten, sondern mit Kultur im Ganzen, insofern hat der böse Schopenhauer recht, wenn er sagt, die meisten Menschen seien Fabrikware. Wie sind wir überhaupt auf Kultur als eine Wirkungseinheit gekommen? Das war durchaus nicht immer bekannt, das fing an um 1800.

Da war zunächst einmal der Arzt Hufeland, der ein Buch schrieb über die Kunst, das Leben zu verlängern. Er hat gesagt, ihr habt bisher immer die Wärme drin gehalten. Wenn

ihr leben wollt, müsst ihr die Fenster ab und zu aufmachen, damit Luft reinkommt. Ihr habt euch bisher immer Ostern gewaschen, das solltet ihr eigentlich mindestens einmal in der Woche tun. Ihr habt euch immer an den Ofen gesetzt in einen schönen, bequemen Stuhl – das sollt ihr nicht tun, ihr solltet euch bewegen. Das sind Züge, die sind uns selbstverständlich, aber die musste man erst mal entdecken und erfinden und auch das ist Kultur. Kultur ist also nicht irgendwas Geistiges, sondern Kultur ist, zu sagen: Ihr müsst auch ab und zu mal lüften. Das ist auch Kultur.

Ein anderer hat dann versucht, psychologisch die Sache in den Griff zu nehmen. Das war der Freiherr von Knigge. Den kennen Sie auch, weil da immer gesagt wird, der hat uns gutes Benehmen beigebracht. Das ist aber natürlich alles psychologisch Unsinn. Das war ein sehr kluger Mann, der hat nämlich angefangen, therapeutische Fragen zu stellen. Das war bis daher auch nicht üblich. Er hat gesagt: Bei wem können wir überhaupt etwas tun? Wann haben wir eine Chance, dass sich was ändert? Das sind kluge Fragen. Aber die hatte bis daher keiner gestellt. Sondern man hatte immer gesagt, es gibt die Zehn Gebote, die müsst ihr tun oder nicht. Aber Knigge fing jetzt an, zu fragen, wie gehe ich denn mit jemandem um, der überempfindlich ist? Kann ich dem die Wahrheit ins Gesicht sagen? Muss ich von der Ecke kommen oder soll ich die Finger davon lassen?

Solche Fragen zeigen, dass die Kultur eine Fabrikation ist, an der wir etwas machen können oder nicht machen können. Und schließlich unser lieber Schiller, der hat den Kulturbegriff auf einen Nenner gebracht. Und zwar hat er

gesagt, es gibt für Menschen hier in Deutschland offenbar zwei verschiedene Arten von Kultur. Die eine Kultur sagt, es kommt darauf an, dass der Mensch etwas Nützliches tut, also unsere Leistungsgesellschaft. Dabei geht aber das Menschliche verloren. Denn der Mensch ist nur dann Mensch, wenn er spielt. Das ist eine Seelen-Kultur. Und Spiel heißt nicht Spielerei, sondern das heißt Träumen, sich in anderen Welten bewegen, mal weggehen von dem Üblichen.



Ja und dann kommen wir natürlich 100 Jahre später auf Freud, und Freud hat gesagt, da ist ja noch viel mehr in der Kultur. Wirksam ist auch das, was wir gar nicht wissen. Was der Einzelne nicht weiß, was auch die Kultur nicht weiß, das muss man beides berücksichtigen. Es gibt also etwas, das wir mit Absicht unbewusst gemacht haben, weil es uns sonst immer in die Füße läuft. Und hier kommt natürlich auch etwas, was ein Vorgänger von Freud aufgegriffen hat, in die ganze Diskussion hinein, das war Nietzsche. Der hat gesagt, was wir uns erzählen, das ist doch zum großen Teil geheuchelt. Wir leben völlig anders, als wir es uns erzählen. Also, was wir heute so als korrekt bezeichnen, würde Nietzsche sagen, das ist alles gelogen, dahinter steckt etwas ganz anderes. Und für ihn war der Begriff des Ressentiments besonders wichtig, das heißt, ganze Kulturen litten darunter, dass sie sich als minderwertig erlebten und sie versuchten, mithilfe des Ressentiments, Glaubensrichtungen zu entwickeln, bei denen das Schwache und das Mindere besonders gefördert war. Das hat er dann dem Christentum in die Schuhe geschoben.

Wenn wir uns das so ansehen, dann müssen wir feststellen, dass es nicht der Einzelne ist, den wir in die Therapie kriegen müssen, sondern dass es die Beziehung ist zwischen dem Einzelnen und der Kultur, die uns ständig bei der Therapie in die Quere kommt. Die Kultur ist für den Einzelnen wichtig. Sie leitet ihn nämlich an, sie gibt ihm Bilder, wie er sein Leben organisieren muss. Stellen Sie sich mal vor, jeder Mensch müsste von Geburt an alles neu erfinden. Dass er sich wöchentlich waschen muss, dass er andere Leute nicht sofort gegen das Schienbein treten soll. Das geht doch gar

nicht. Sondern das wird durch die Kultur in bestimmte Muster gebracht und in diesen Mustern muss man leben. Und wenn wir bei der Intensivberatung davon sprechen, es handele sich bei dem, was die Leute zu uns bringt, nicht um irgendwelche Krankheiten sondern um Störungen der Selbstbehandlung, dann müssen wir jetzt von da aus sagen, die Kultur gibt einen Rahmen für Selbstbehandlungen. Und das Problem ist, ob die Kultur als Co-Therapeut diesen Rahmen auch heute noch gibt. Dann wird Kultur auch zum Patienten.

Das heißt, wir stehen vor einem Zeitproblem. Ist die Kultur und das, was wir tun müssen, noch eine Einheit, die funktioniert? Oder gibt es einen Zwiespalt, eine Diskrepanz zwischen unserer eigenen Selbstbehandlung – das Seelische behandelt sich dauernd selber – und dem, was die Kultur als Rahmen gibt? Also, wir waren jetzt dabei, dass die Kultur anleitet, dass sie anleitet, uns selbst zu behandeln. Anna Freud hat mal gesagt, wenn wir die Kinder allein ließen, ohne Kultivierung, die würden sich alle gegenseitig umbringen. Und da ist für mich immer sehr wichtig gewesen, wenn Leute sagen „Was ist denn Kultur überhaupt?“. Wenn wir zu den Leuten über Kultur sprechen, dann verstehen die uns überhaupt nicht. Also müssen wir ihnen das klarmachen.

Unser Zeitproblem ist, dass wir die Kultur nicht mehr als eine Anleitung haben, mit der wir uns auseinandersetzen können, die zugleich aber unser Rahmen ist, der uns eine gewisse Freiheit gibt. Das hat sich auseinanderentwickelt, weil wir uns auf eine Automatik eingelassen haben, die alles für uns zu regeln scheint und wo wir nur einen Knopf drücken müssen, dann kriegen wir eine Antwort – bilden wir uns



jedenfalls ein. Aber Sie sehen, dass sich die Automatik selbstständig machen kann. Der ganze VW-Komplex, mit dem wir jetzt zu tun haben, birgt eine sich verselbstständigende Automatik. Wir wissen ja gar nichts davon, was die alles bei uns einbauen. Das heißt, wir sind auf Angebote angewiesen, aber das Angebot wird zum Gebieter und schreibt uns vor, in welche Richtung die uns bringen. Sie sehen, das kann sich auch alles verkehren. Was das Flüchtlingsproblem an-

geht, merken wir auf einmal, der Apparat funktioniert nicht. Der sagt zwar, wir schaffen das alles, aber wir schaffen es einfach nicht. Und in dieser Lage der Kultur müssen wir uns nun fragen, wie kann unsere Therapie funktionieren? Ich bin hier sehr gerne bereit, die Frage noch einmal aufzugreifen, die Schiller aufgegriffen hat. Was haben wir eigentlich an Seelenleben verloren in dieser Kultur? Weil wir uns nur auf Zweckmäßigkeit und Leistung und Finanzwesen eingerichtet haben. Und, gibt es überhaupt eine Chance, jetzt in der Therapie das aufzugreifen?

Wir haben bisher die Therapie immer so gestaltet, dass wir gesagt haben, wir gehen auf den Einzelnen ein. Diesem Einzelnen, dem müssen wir nachkommen, auch in den Bereichen, wo er selber nichts mehr weiß. Und das haben wir dann versucht, mithilfe einer Märchenstruktur als Modell oder als Typus in den Griff zu kriegen. Können wir das noch bei dem Massenandrang zur Therapie? Wenn die zur Therapie gehen, heißt das ja gar nicht, dass sie therapiert werden müssen, sondern es heißt nur, dass sie ein Problem haben. Wie können wir damit fertig werden? Und dazu habe ich mir etwas überlegt, das eine Modifikation der Züge herausstellt, die wir bei der Intensivberatung immer schon berücksichtigt haben. Diese Züge, die auch ein Gespräch leiten können, will ich jetzt herausstellen.

Kultur als Co-Therapeut, das heißt, die Leute werden durch die Kultur mitbehandelt, wenn sie zu uns kommen und der Therapeut ist oft ahnungslos, welcher Co-Therapeut mitredet. Das heißt, wir müssen viel stärker bei der Therapie berücksichtigen, wie die Leute mit den Anleitungen der

Kultur zurechtkommen und wieweit sie von da aus ihre Probleme kriegen mit der eigenen Selbstbehandlung. Um nun auf diesen Punkt stärker eingehen zu können und das nicht alles in eine endlose Therapie von fünf Jahren verfließen zu lassen, sollten wir eine Basisarbeit in der Therapie stärker herausrücken, die wir aber immer schon betrieben haben. Wir gehen aus von Beschreibungen. Das sieht aus, als würden wir in der Beschreibung nur feststellen, wie es ist. Aber die Beschreibung ist bereits eine Behandlung. Das müssen wir uns viel deutlicher machen, indem wir anfangen zu beschreiben oder die Leute zu einer Beschreibung zu bringen, sind wir schon dabei, zu behandeln. Die Basisarbeit der Therapie liest bereits aus, wer ein Asylant ist in unserer Kultur. Ich meine jetzt nicht die Flüchtlinge, ich meine, wir selber sind Asylanten und suchen Asyl in der Therapie. Das muss man sich auch klarmachen. Und wenn wir das tun, wie gehen wir mit den Leuten um, damit sie in ihrer Auseinandersetzung mit der Kultur etwas stabiler werden? Sie schleppen so viel mit, wenn sie in die Therapie kommen, das sie hindert, ihre eigene Lage zu erkennen. Ich habe mir mal überlegt, was wir eigentlich noch deutlicher herausrücken müssen, wenn wir mit den Leuten in ein Gespräch kommen.

Da ist zunächst einmal, das haben wir bisher immer unter Leiden-Können gefasst, die Leute können gar nicht über das sprechen, was sie gerne sagen möchten, sondern sie werden gedrängt, korrekt zu sprechen, und wir müssen sie dazu bringen, dass sie überhaupt mal anfangen, uns zu sagen, was sie sagen könnten, also das in Sprache bringen. Dabei ist eine große Hilfe, dass wir die Leute beschreiben lassen und dass



die nicht sagen: Ach, ich hab 'ne Depression. Sondern da müssen wir sagen: Das verstehe ich nicht, erzählen Sie doch mal, wie Ihnen das ist. Ist Ihnen am Morgen schon übel? Oder sind Sie morgens froh? Also genau, Punkt um Punkt fragen, wie läuft der Tag bei den Leuten ab. Erst dann können wir psychologisch was sagen. Lassen Sie sich nie auf Abstraktionen ein. Ich bin krank. Ich bin hilfsbedürftig. Das sagt alles nichts (Nietzsche). Sondern wir müssen genau fragen, was steht darin, dass einer sagt, ich mache es nicht mehr selber,



mein Leben, sondern ich gehe zu einem Therapeuten. Und da haben wir schon einen weiteren Punkt: In unserer Kultur haben wir uns viel zu stark darauf eingestellt, dass der Staat uns versorgt und bemuttert. Wenn wir etwas nicht können, dann gehen wir zu einer Stelle, die sozial zu uns sein muss. Und dann sagen wir: Die macht das schon. Insofern ist das Zum-Therapeuten-Laufen auch schon ein Symptom, dass etwas nicht in Ordnung ist. Wenn wir die Leute dann im Gespräch haben, wenn wir beschreiben lassen, dann müssen wir auf ein gemeinsames Verstehen kommen. Denn die Leute haben oft einfach das Leid, dass sie sich nicht verstanden fühlen. Aber wir müssen ihnen beibringen, dass wir sie wahrnehmen, indem wir sie verstehen.

Der Verstehensprozess schärft den seelischen Zusammenhang, nicht Assoziation und das Gehirn schon gar nicht. Sondern dass wir verstehen, das selber ist Zusammenhang in der Wirkungseinheit mit anderen Menschen. Dieser Verstehensprozess ist bereits eine Heilung, ist bereits Therapie. Ich sage Heilung nur, weil ich weiß, dass das im Altdeutschen Ganzheit heißt. Nicht weil ich glaube, dass wir heilen können, wir können natürlich nicht heilen. Das kann nur der Heiland.

Auf eins können wir nicht verzichten: dass wir mit dem, der zu uns kommt, gemeinsam etwas durchmachen. Und das ist ein großes Problem. Beispielsweise in unserem ganzen Gesundheitssystem, manche Ärzte machen nichts mehr mit durch, sondern die haken ab. Die sind ja auch überrannt von der Fülle der Leute, die sagen, sie seien alle krank. Da meine ich, Durcharbeiten im Seelischen und das ist eine Voraussetzung, wenn wir mit dem Leben fertig werden wollen, da

sollte bei dieser Basisarbeit mit den Leuten besprochen werden, was sie eigentlich für sich entwerfen. Und darüber muss man sprechen. Hier wird Kultur zum Patienten, hier braucht die Therapie metapsychologische Anhaltspunkte. Was habt ihr für einen Standpunkt? Kann man in dieser Kultur diesen Standpunkt ohne Konsequenzen, ohne Folgen so einfach durchbringen. Es ist ein Standpunkt im Rahmen der Kultur und dieser Standpunkt wird als Drehpunkt in Bewegung gehalten. Das heißt, wir müssen mit ihnen sprechen, was müsst ihr eigentlich umgewichten, damit ihr mit der Kultur und mit euch selber zurande kommt? Das ist also unser Flüchtlingsproblem, das wir immer haben.

(Vortrag am 24.09.2015)