

Mark Galliker

Sozioökonomie und Psychotherapie

Austauschanalysen, Evaluationen,
Perspektiven

 PABST

Vorwort

Viele Menschen, die sich in eine Psychotherapie begeben haben, sind mit derselben zufrieden. Es gibt aber auch ehemalige Klienten und Klientinnen, die nur teilweise zufrieden oder sogar unzufrieden sind. Die Quoten hilfeschender Personen, welche mit ihrer Therapie unzufrieden sind, ihre Therapien vorzeitig abbrechen, allenfalls andere Therapien beginnen oder sich schließlich nicht-wissenschaftlichen (mitunter „esoterischen“) Verfahren zuwenden, sind unbekannt. Versuche, zumindest die Abbruchraten für Teilbereiche (z.B. Drogenbereich) zu veröffentlichen, stoßen bei Fachzeitschriften meistens auf Widerstand.

Einer differenzierten, manchmal auch eher pessimistischen Einschätzung der Wirksamkeit der Psychotherapie steht die Meinung vieler Psychotherapieforscher und -forscherinnen gegenüber. Es existieren inzwischen Fachbücher, Lehrbücher und Fachzeitschriften, in denen wiederholt wird: Psychotherapie hilft, Therapie ist nützlich, Therapie ist wirksam, Therapie ist effektiv, Therapie ist effizient, Therapie ist erfolgreich.

Therapieforschung kommt dann Sinn zu, wenn durch sie wirklich Einblicke in die Psychotherapie ermöglicht werden, und Psychotherapie kann sich weiterhin als sinnvoll erweisen, wenn durch die Erfahrung derselben die Therapieforschung verbessert werden kann, so dass wiederum die Therapie für Klienten und Klientinnen hilfreicher wird. Doch besteht nach wie vor eine strikte Arbeitsteilung zwischen Psychotherapie und Therapieforschung. So setzen sich die Therapeuten und Therapeutinnen eher selten mit der Erforschung der Therapie auseinander, und die akademischen Therapieforscher und -forscherinnen verfügen eher selten über eigene Therapieerfahrungen und sind meistens nicht ausgebildete Therapeuten oder Therapeutinnen.

In der vorliegenden Arbeit geht es nicht nur darum, quantitativ abzuklären und zu einem Urteil zu gelangen, inwieweit Psychotherapie nützlich ist. Im Zentrum der Untersuchung steht die Qualität der Psychotherapieverfahren sowie der Psychotherapieforschung. Wie geht die Therapieforschung vor, welche Ergebnisse hat sie bisher erbracht, welche Schwierigkeiten haben sich gezeigt? Welche Verbesserungen sind möglich, was führt allenfalls zu einem neuen Verständnis der Psychotherapieforschung? Verändert sich durch die Therapieforschung auch die Theorie? Ein Anliegen der Schrift ist es, Theorie und Erfahrung mehr Bedeutung zuzugestehen, als es in der bisherigen vorwiegend empiristischen Therapieforschung der Fall war.

Untersucht wird, warum sich Personen in eine Psychotherapie begeben. Deshalb wird in dieser Schrift der Entstehung psychosozialer Leiden viel Platz eingeräumt. Handelt es sich bei diesen Leiden v.a. um sozioökonomisch bedingte psychosoziale Störungen; um Störungsursachen, die bisher von den Fachleuten und nicht zuletzt auch von den hilfeschenden Personen selbst viel zu wenig beachtet wurden? Nur wenn bekannt wird, worin die Probleme und Leiden der Menschen bestehen, kann auch herausgefunden werden, was in der Psychotherapie geschehen muss, damit sie vermehrt zur Lösung der Probleme beitragen kann.

Die vorliegende Untersuchung versucht zwar diesbezüglich erste Ergebnisse zu erbringen, kann aber bestenfalls nur ein Anfang weiterer Forschung sein. Sie hat einen

vorwiegend kritischen Charakter, sowohl was die Theorie als auch deren Überprüfung anbelangt. Im Prinzip werden sämtliche Aussagen als Thesen verstanden. Im letzten Kapitel wird indes ein Prüfverfahren von Hypothesen vorgeschlagen und detailliert dargestellt. Die vorliegende Arbeit ist eine programmatische Schrift, deren Ziel darin besteht, neue Wege hinsichtlich der Psychotherapie und deren Erforschung zu suchen und womöglich in absehbarer Zeit auch zu finden.

An erster Stelle möchte ich mich bei Margot Klein bedanken, die mir zu diesem Buch viele Anregungen gegeben und das Manuskript durchgelesen und kritisiert hat. Daniel Weimer verdanke ich diverse Gespräche zu den statistischen Problemen in der Therapieforschung. Bei Werner Zimmermann möchte ich mich für technische Arbeiten bei der Erstellung des Manuskriptes und bei Herrn Orths vom Pabst Verlag für die Buchgestaltung bedanken.

Mannheim, im Februar 2022

Einleitung

Von der Perspektive der klassischen Psychopathologie ausgehend stellt sich die Frage, woran Menschen tatsächlich leiden. Es ist wichtig, dass psychische Leiden genau beschrieben werden, doch ist auch von Erfahrungen auszugehen, die darüber Aufschluss geben, warum Menschen leiden. Sind ihre Probleme rein seelischer Art oder haben sie auch körperliche Beschwerden? Sorgen sie sich ausschließlich aufgrund der diagnostizierten Störungen oder haben sie auch andere Sorgen? Führen psychische Probleme auch zu materiellen Problemen oder ist es eher umgekehrt? Kann man beides vielleicht gar nicht voneinander trennen? Doch gibt es nicht auch viele Menschen, die keine finanziellen oder andere handfeste Probleme haben und sich dennoch fast beständig ängstigen und deprimiert sind? Wenn man nicht weiß, woran Menschen wirklich leiden, weiß man auch nicht, was gegen die Leiden zu tun ist bzw. worauf es in einer Psychotherapie ankommt.

Für die meisten Menschen, wenngleich keineswegs für alle, ist Geld verdienen durch eigene Arbeit eine alltägliche Anforderung. Diese Arbeit, die sich für viele Beschäftigte auf Routinetätigkeiten reduziert, wird allerdings nicht „von oben“ befohlen; sie wird i.A. nicht erzwungen von übergeordneten Personen, denen man sich zu fügen hat. Der Druck ist quasi anonym wirksam; es ist der lautlose Druck durch Verhältnisse, in denen die Menschen ihr Leben bestehen müssen. Es handelt sich um einen Sachverhalt, dem fast jeder Mensch entsprechen muss; mit dem er gerade auch als Subjekt zu rechnen hat, um seinen Lebensunterhalt bestreiten zu können. Leiden in den westlichen Gesellschaften die meisten Menschen mehr oder weniger am Gleichen oder gibt es fundamentale Unterschiede, die dazu berechtigen, die einen Menschen als „psychisch krank“ und die anderen als „psychisch gesund“ zu bezeichnen? Ist nicht jenen Psychiater und Psychiaterinnen zuzustimmen, welche zumindest die massivsten psychischen Störungen als endogen oder vererbt betrachten und von „psychischen Krankheiten“ ausgehen? Ihrer Meinung nach spielt in den meisten Fällen „das Soziale“ sicherlich ebenfalls eine Rolle. Solche Gesichtspunkte berücksichtigen sie spätestens dann, wenn die behandelten Personen aus den Psychiatrischen Kliniken wieder entlassen werden. Sozialarbeiter und Sozialarbeiterinnen werden eingesetzt, die helfen sollen, dass sie sich wieder in die Gesellschaft integrieren können. Doch Menschen sind schon an und für sich Beziehungswesen. Nicht nur soziale Phobien, auch andere Angstzustände, psychosomatische Störungen, Suchtverhalten und gerade auch schwere Depressionen und Psychosen sind nicht zuletzt ebenfalls im Kontext gestörter zwischenmenschlicher Beziehungen zu betrachten.

Soziologie ist eine anspruchsvolle Wissenschaft, die nicht einfach so schnell nebenbei studiert werden kann, und Sozialarbeit ist eine sehr schwierige Tätigkeit, die nicht einfach so rasch verschreibbar ist. In der vorliegenden Untersuchung wird allerdings nicht von einem „Soziologismus“ oder gar von einem „soziologischen Determinismus“ ausgegangen. Eine einseitige Objektivierung des Menschen ist genauso abzulehnen wie eine einseitige Subjektivierung desselben. Jede Person ist nicht nur als Objekt ihrer Voraussetzungen, sondern auch als Subjekt derselben zu betrachten, wenngleich dies nicht immer offensichtlich ist und keinesfalls nur individualistisch verstanden werden kann.

Ähnliche Überlegungen müssen auch hinsichtlich anderer Wissenschaften in Betracht gezogen werden, namentlich hinsichtlich der Wirtschaftswissenschaft, die in der vorliegenden Arbeit ebenfalls eine wichtige Rolle spielt. Eine Ökonomisierung des Menschen ist sicherlich unzulässig, aber die ökonomischen und insbesondere sozioökonomischen Voraussetzungen menschlichen Lebens sind zu berücksichtigen, gerade auch wenn dieselben entweder nicht oder dann doch eher subjektivistisch oder inadäquat zur Kenntnis genommen werden, ohne zu versuchen, die objektiven Gegebenheiten intersubjektiv anzugehen.

Interessant ist indessen, dass der Vorwurf des Ökonomismus oft von Personen verbreitet wird, welche die Lebens- und Verhaltensweise des Homo oeconomicus fördern. Hinsichtlich des individuellen Bereichs führen sie zwar nicht gerne die Ökonomie an und schon gar nicht deren Kritik, insbesondere was Produktivität und Konsumismus anbelangt, sondern ziehen es vor, auf die „Psychologie des Menschen“ zu verweisen. Indessen ist eine Psychologie, mit der das menschliche Verhalten im sozioökonomischen Vakuum betrachtet wird, i.e.S. des Wortes substanzlos. Psychologie (mithin auch Therapieforschung) ist interdisziplinär einzubetten, ansonsten ist diese Wissenschaft als psychologisch zu hinterfragen.

Zwar ist dem Subjekt nach wie vor Bedeutung beizumessen, doch kann es nicht losgelöst von seinen materiellen Voraussetzungen und seinen Verhältnissen zu anderen Menschen betrachtet werden. Ein rein individualistischer Krankheitsbegriff ist deshalb in Frage zu stellen. Der Mensch kann nur bedingt als Schmied seines Glückes verstanden werden. Seine Lebensgestaltung hängt nicht zuletzt auch von den Mitteln ab, die ihm zur Verfügung stehen. Ein Freiheitsbegriff, der von den konkreten Voraussetzungen des „freien Subjekts“ im Dienste einer Minderheit abstrahiert, ist kein realwissenschaftlicher Freiheitsbegriff, sondern wissenschaftstheoretisch betrachtet ein fragwürdiger Begriff. Damit aus ihm nicht unversehens ein „Unterdrückungsbegriff“ wird, sind soziologische und ökonomische Gesichtspunkte zu vereinigen und Fragen zu stellen, die sich auf die realen Voraussetzungen psychischer Leiden der Menschen beziehen.

Die meisten Menschen, die seelisch leiden, kommen nie in eine psychiatrische Klinik. Viele von ihnen sind indes kaum je glücklich und zufrieden mit ihrem Leben; sie haben vielfältige Probleme, nicht zuletzt auch psychische Probleme. Möglicherweise denken sie daran, eine Psychotherapie zu beginnen. Angebote von Therapien gibt es viele. Doch welches Angebot ist für eine bestimmte Person das richtige? Ist es wissenschaftlich erwiesen, dass Psychotherapie nützlich ist? Unter welcher Voraussetzung hilft sie? Wie sehen die betreffenden Evaluierungen und Erfolgskontrollen aus?

Probleme mit der psychischen Gesundheit können schon längere Zeit nicht mehr als Sonderfälle gelten, die nur vereinzelte Individuen betreffen. Im Gegenteil: Sie werden heute schon fast zum Normalfall. Warum ist dies so? Hat dies möglicherweise etwas mit der Gesellschaftsformation zu tun, in der wir alle leben? Diese Gesellschaft, die sich selbst als Marktwirtschaft versteht (bis vor Kurzem auch als „soziale Marktwirtschaft“), und sich zunehmend als monopolistisch dominierte herausbildet, strebt ständiges Wirtschaftswachstum an. Ihr Zweck besteht in der Vermehrung des Wertes bzw. der Wertmaximierung. Dies hat, so kann man annehmen, auch Folgen

für das psychische Befinden nicht nur im Produktionsbereich, sondern immer mehr auch im Konsumbereich und selbst im Gebiet der Freizeit.

In den westlichen „Wertgemeinschaften“ bleibt vieles verdeckt. Es handelt sich um eine gesellschaftliche Nichtbewusstheit, die einem rein individualistischen Verständnis von Unbewusstheit gegenüberzustellen ist. Wie aufzuzeigen sein wird, ist gesellschaftlich unbewusst Diverses, vorwiegend Soziales, das weitgehend der Vergangenheit angehört, aber auch gegenwärtiges Unsoziales.

Die Schlüsselstellung der Warenproduktion und des Warentausches im Wirtschaftssystem und im Weltsystem wird selten bestritten. Weniger bekannt ist, dass die Produktion und der Austausch von Waren auch zwischenmenschliche Beziehungen beeinflusst. Schon in Arbeiten anderer Autoren wurde die Warenanalyse nicht nur in ausschließlich ökonomischer Hinsicht, sondern auch in (inter-)subjektiver Hinsicht behandelt. Dabei wurde v.a. der Tauschwert, weniger der Gebrauchswert des Ausgetauschten, berücksichtigt. Beide Werte sind indes gleichermaßen relevant und in ihrem Verhältnis zueinander zu analysieren.

Bei einer Analyse des Austausches im interpersonalen Bereich sollte die Wertproblematik bezüglich der verschiedenen psychischen Leiden der Menschen spezifiziert und ausgearbeitet werden. Im Weiteren müsste deutlich werden, dass das Verhältnis von Tausch- und Gebrauchswert und zwar insbesondere in ihrer Widersprüchlichkeit auch hinsichtlich des Verständnisses des Geschehens in der Psychotherapie näher zu untersuchen ist (u.a. in Bezug auf die Wertschätzung und die Ressourcen der hilfeschenden Person sowie auch bezüglich aufkommender Unstimmigkeiten und Inkongruenzen in der Therapie).

Demnach wird ein sozioökonomisches Forschungsprogramm anvisiert, das insbesondere in psychosozialer Hinsicht ausdifferenzieren ist. Sozioökonomie ist eine Wissenschaft, die ökonomisches Handeln sowie die Strukturen der modernen Wirtschaft nicht nur unter Aspekten einerseits der Nutzen- und Gewinnorientierung sowie der Effizienz der Akteure und andererseits der materiellen und ideellen Ressourcen erklärt, sondern die Lebensbewältigung auch in ihrer gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bedingtheit verortet. In diesem Sinne werden nicht nur die Wechselwirkung von Wirtschaft und Gesellschaft im Großen, sondern auch die eingeschlossenen sozioökonomischen Voraussetzungen psychosozialer Austauschverhältnisse sowie inter- und intrapersonalen Ausgestaltungen und Verformungen im Kleinen analysiert. Insofern handelt es sich bei aller Interdisziplinarität um eine vorwiegend psychologische Untersuchung.

In der vorliegenden Untersuchung werden häufig Beispiele aus bekannten Dramen und Novellen angeführt. Es handelt sich um fiktive Beispiele, mit denen selbstverständlich keine Aussagen belegt werden können. Sie dienen ausschließlich zur Illustration einzelner Gedankengänge. Mit ihnen wird lediglich versucht, i.S. der „konkreten Psychologie“ des französischen Psychologen Georges Politzer (1929/1974) das menschliche Drama als Ursprungsstätte der Erfahrung zu veranschaulichen.

Im ersten Kapitel wird auf die herkömmliche Psychopathologie hingewiesen und punktuell werden hierzu einige Fragen aufgeworfen und diskutiert. Im zweiten Kapitel wird die Entstehungsgeschichte des Elends der Menschen in sozioökonomischer Hinsicht beleuchtet. Es folgt ein drittes Kapitel, in dem die psychischen Störungen

und Leiden von Personen psychosozial ausdifferenziert werden. Das vierte Kapitel stellt die wichtigsten herkömmlichen Psychotherapieverfahren zur Behebung von Störungen überblicksmäßig dar, und im fünften Kapitel wird die empirische Therapieforschung vorgestellt, mit der die Wirksamkeit der therapeutischen Verfahren überprüft wird. Ansätze zu einer Psychotherapietheorie werden im sechsten Kapitel erörtert und hieraus auch erste Folgerungen gezogen, u.a. auch was die Grenzen der Psychotherapie anbelangt. Im siebten Kapitel wird ein Forschungsprogramm skizziert, mit dem die Erfahrung dessen favorisiert wird, was sich in der Therapie in kommunikativer und psychosozialer Hinsicht ereignet. Schließlich werden auch Überprüfungsmöglichkeiten diesbezüglicher Hypothesen angeführt.

Sind die seelischen Leiden der Menschen genetischer, neuronaler oder kognitiver Natur? Neuerdings werden psychische Beschwerden auch auf neoliberale Leistungsansprüche zurückgeführt. Nach Ansicht des Autors muss jedoch in der Geschichte der Menschen tiefer gegraben werden, um zu Wurzeln des menschlichen Elends vorzudringen.

Psychosoziale Probleme wie Phobien, Stress und Burn-out oder auch narzisstische, depressive und psychotische Störungen sind Ausdruck der sozioökonomischen Verhältnisse, in denen die Menschen leben. Die Widersprüche in ihren Warenbeziehungen sind kollektiv unbewusst, kommen aber unter bestimmten Voraussetzungen zum Vorschein.

In Psychotherapien werden Widersprüche zunächst als kommunikative Unstimmigkeiten und persönliche Missverhältnisse bei hilfesuchenden und helfenden Personen spürbar. Der Autor stellt den Prozess dar, wie Personen durch ihre Inkongruenzen hindurch ihre Ressourcen entdecken, neue Bedeutungen generieren und Gebrauchswerte für andere sowie für sich selbst kreieren.

Ist die aktuelle Manualisierung und Ökonomisierung von Therapien sinnvoll oder gehören diese Maßnahmen gerade zu den Problemen, mit denen sich die Psychotherapieforschung zu befassen hat? Der interdisziplinäre Charakter des Buches zeichnet ein differenziertes Bild der Möglichkeiten und Grenzen der Psychotherapie im Rahmen der bestehenden gesellschaftlichen Verhältnisse.

Mark Galliker

Sozioökonomie und Psychotherapie

Austauschanalysen, Evaluationen, Perspektiven

Print: ISBN 978-3-95853-749-1

eBook: ISBN 978-3-95853-750-7

