

Illusionsstürme um Verwirrungsinseln

Was in einer Psychotherapie wirklich passiert

von Manfred Kalin

Diplom-Pädagoge

Heilpraktiker für Psychotherapie

Illusionen sind Rudimente aus der schmerzhaften Schlussfolgerung Erwachsener über ihre eigene Kindheit und zwar darüber, ob man als Kind ohne besondere Leistung geliebt wurde. Diese Erwachsenen ahnen, dass da keine Liebe gewesen war, als man sie bitter nötig hatte, weil diejenigen, die sie hätten geben können, selber nicht geliebt wurden, als es an ihnen war. Was sie undeutlich spüren, heißt nach außen hin „Symptome“. Diese verhindern je länger je mehr, die Arbeits- und Liebesfähigkeit des einzelnen Menschen, der zumeist in einer Gruppe lebt, die sich ihrerseits sicher ist, ebenfalls nicht geliebt worden zu sein, es aber besser auszuhalten meint als der einzelne Symptomträger.

Hinter derartigen Gruppentäuschungen, die von der Gesellschaft mit Kraft aufrechterhalten werden, verbirgt sich die mit großer Angst vor dem Wiedererinnern aufgehobene Erkenntnis, dass es die voraussetzungslose Annahme als Kind nicht in ausreichendem Maße gegeben hat. Es ist unerheblich, ob einem diese Täuschung mit 27, 44 oder 62 Jahren bewusst wird. Sie hält manchmal lebenslang an. Ihrer ist man sicher. Immerhin.

Psychotherapie ist der berufliche Versuch, im sicheren Nachen der Abstinenzregel dieses Illusionsgebilde durch „völlig unzusammenhängende Fragen des Therapeuten“ zu wahren Illusionsstürmen anzufachen, bis die Angst vor der jeweilig nötigen Grunderkenntnis und das Vertrauen in die mütterlichen und/oder väterlichen Fähigkeiten des Therapeuten sich beim Patienten in etwa die Waage halten, wieder ins Ungleichgewicht kommen und sich immer wieder die Waage halten werden.

Wenn beide wissen, dass das erreicht ist und vermutlich so bleibt, steuern wir in unserem Nachen, in dem Therapeut und Patient sitzen, die Verwirrungsinseln an. Das sind zeitliche Gebilde in erschreckender Deutlichkeit, die in allen Farben schillern, deren Hauptgebot lautet: DU DARFST MICH NICHT BETRETEN, SONST PASSIERT ETWAS UNGEHEUERLICHES. Ihre Ufer bestehen aus lauter gelber Scham, auf der geschrieben steht nicht mehr zu genügen, nicht denken, nicht leisten, nicht lieben zu können, überhaupt wertlos, unverschämt, anmaßend und kopflos zu sein.

Der dritte Schritt in einer Psychotherapie ist das Erlebnis beim Patienten, dass der Therapeut, von dem der Patient ganz sicher glaubte, dass dieser die Verwirrung auslöste, erkennen lässt, dass die Verwirrung durch ihn, den Therapeuten, nur ein genau und sorgfältig dosiertes Verwirrungsspiel war, um die Verwirrung beim Patienten sinnvoll zu überlisten. Auf der Basis eines vorher unvorstellbaren Vertrauens zwischen beiden Gesprächspartnern schlägt die Täuschung darüber nicht geliebt worden zu sein um in erschütternde Trauer und in ein Verzeihen. Es werden also gleich zwei Aufgaben gelöst. Trauer, also die sichere Einsicht in das, was eben nie war, wird abgelöst von der verwirrend warmherzigen Einfühlung in diejenigen, die mich nicht lieben konnten, weil sie nicht wussten, wie das geht. Danach gehen wir nach Hause. Jabimmel, jabammel, jabumm. So kurz und schmerzhaft köstlich kann Psychotherapie sein. Habe den Mut, Dich Deines Gefühls zu bedienen. Danke!