

Expose

Menschen wollen in der Psychotherapie in ihrem tiefsten Wesen anerkannt, gesehen und behandelt werden. Dieses Buch wurde aus der Perspektive des Praktikers für PraktikerInnen verfasst. Gegenwärtig scheint es in der „therapeutischen Diskussion“ Strömungen zu geben, die einerseits Spiritualität zu einem psychotherapeutischen Tabu-Thema stilisieren wollen, andererseits versuchen Psychotherapie in ein medizinisches Behandlungsparadigma zu drängen.

Im ersten Essay wird Spiritualität als ein zutiefst menschliches Phänomen dargelegt, dass damit per Definition Teil von Psychotherapie sein kann. Spirituelle Erlebnisse sind für die Erfahrenden außergewöhnlich, besonders, mitunter so intensiv, dass die ganze Persönlichkeit in Frage gestellt scheint. In diesem Zustand suchen Menschen Hilfe und Unterstützung, zu recht auch bei professionellen PsychotherapeutInnen. Außergewöhnliche Erfahrungen können mit besonderen, außergewöhnlichen Bewusstseinszuständen assoziiert sein. Nicht jeder außergewöhnliche Bewusstseinszustand ist spirituell. Um spirituelle Erfahrungen gut therapeutisch behandeln und begleiten zu können, bedarf es ein gewisses Maß an Verständnis spiritueller Themenstellungen. Das gilt jedoch für alle Belange in der Therapie: Hoffnungen wie Befürchtungen, Leidvolles wie Heilsames. Kann die TherapeutIn nicht ein Mindestmaß an Einfühlungsvermögen für ein Thema, wird das Gegenüber sich nicht verstanden, angenommen und gesehen fühlen.

Das aber ist die Basis für therapeutisches Arbeiten. Dabei kommt es nicht darauf an, dass TherapeutInnen Fachexperten im jeweiligen Themenbereich sind. Vielmehr ist es Wesen der Psychotherapie, die inneren Prozesse, die dieses äußere Geschehen auslösen, empathisch zu verstehen und in dem Prozess der Selbstfindung (von Lösungen) zu begleiten. Dies ist eine psychotherapeutische Selbstverständlichkeit. Kaum wird das Thema Spiritualität erwähnt, scheint diese Selbstverständlichkeit nicht mehr zu gelten.

Hinter dieser Auffassung steht ein konkretes Selbstverständnis von Psychotherapie. Dieses wird im zweiten Essay thematisiert. Es fußt auf einer psychologischen Behandlungsphilosophie im Unterschied und als Ergänzung zum traditionellen medizinischen Behandlungsparadigma. Basis ist ein individualwissenschaftliches, anstelle des naturwissenschaftlichen Menschen-Verständnis. In diesem Text wird Individualwissenschaft und als deren konkrete Anwendung Psychotherapie, im Gegensatz zu Naturwissenschaft und deren Anwendung in der medizinischen Behandlung, dargelegt.

Beide Essays sind als argumentative wie emotionale Unterstützung für praktizierende PsychotherapeutInnen gedacht. „Aufgeklärte Spiritualität“ wird als praxisorientierter Verständnisrahmen für die psychotherapeutische Arbeit vorgestellt. Psychotherapie als ein beziehungsorientiertes, der individuellen Einmaligkeit des Menschen verpflichtetes Verfahren. Wie kann Spiritualität konstruktiv in einem psychotherapeutischen Rahmen verstanden werden? Welches Selbstverständnis von Psychotherapie setzt dies voraus? Diese elementaren Fragen werden in dem Buch diskutiert und beantwortet.

Der Vortrag: „Selbst – Erkenntnis – Leib – Erfahrung: Eine psychotherapeutische Liebeserklärung“ mit dem Märchen: „Vom kleinen Löwenbären, der wissen wollte: „Wer bin Ich?“ runden das Buch ab.