

## Warum die Beschäftigung mit Philosophie für Psychotherapeut(inn)en nützlich sein mag.

Peter Kaimer

Eine Rezeption zu: Michael Hampe (2014). Die Lehren der Philosophie. Eine Kritik. Berlin: Suhrkamp, 455 S.

*„Aber Geschichtsschreibung kann vergangene Philosophie vor dem Hochmut eines gegenwärtigen Denkens, das sich allein im Recht meint, verteidigen, indem sie zeigt, welche Gründe es früher dafür gab, anders zu sprechen und anderes oder gar nichts zu behaupten. Wenn die Philosophiegeschichte sich nicht mehr als Geschichte der 'guten' und 'schlechten' Doktrinen begreift, nicht bloß als Geschichte eines langen Streits um das richtige Behauptungssystem, sondern auch als Nachvollzug des Wechsels von Varianten menschlicher Lebenserfahrungen und Grundannahmen, könnte sie interessanter werden.“<sup>1</sup> (S. 437)*

Es gab eine Zeit, da war die Beschäftigung mit philosophischen Themen für Studierende der Psychologie obligatorisch. Mittlerweile wird es wohl nur wenige Studenten der Bachelor- und Masterstudiengänge geben, die in den Genuss explizit philosophischer Seminare oder Vorlesungen kommen. Diese Abstinenz setzt sich dann in den Ausbildungsgängen zum oder zur Psychologischen Psychotherapeuten oder -in fort. Das gilt auch für die Ausbildungsgänge im Rahmen der Kinder- und Jugendlichentherapeut(inn)en. Bedauerlicher Weise wird sogar die in Sonntagsreden von Standes- und Kammervertreter(inne)n der Psychotherapie gerne beschworene Ethik – ein explizit philosophisches Feld - im Rahmen psychotherapeutischer Behandlungsangebote äußerst stiefmütterlich behandelt, wenn sie denn überhaupt explizit als Lehrinhalt vorkommt. Hier mutmaße ich und kann doch fundiert nur für verhaltenstherapeutisch ausgerichtete Institute in Bayern sprechen mit denen ich näher bekannt bin. In tiefenpsychologisch ausgerichteten Instituten mag das anders sein und systemisch aufgestellte Institute sollten zumindest erkenntnistheoretische Fragen in ihre Seminare eingeschlossen haben.

Da ich selbst meine, von der Begegnung mit philosophischer Lektüre viel für meine Arbeit als Psychotherapeut profitiert zu haben, möchte ich gerne Michael Hampes neues Buch vorstellen. Michael Hampe ist Professor für Philosophie an der ETH Zürich. Im Grunde wären natürlich viele andere Bücher ebenfalls geeignet, den Nutzen der Beschäftigung mit philosophischen Themen aufzuzeigen. Aber dieses Buch ist gerade eben erst erschienen (also leicht zu besorgen) und dieses Buch behandelt Themen der Philosophie auf eine Art und Weise, die es äußerst leicht macht, die Relevanz der einzelnen Punkte für die Arbeit als Psychotherapeut(in) aufzuzeigen - dies auch dann, wenn der Text durchaus anspruchsvoll geschrieben ist, was die „Leichtigkeit“ wieder etwas relativiert.

Ich möchte im Folgenden fünf Nachdenklichkeiten aus Michael Hampes Buch benennen, welche er dort für die Philosophie, und die Art wie sie gelehrt wird, thematisiert, und ihre Relevanz für Psychotherapie erläutern.

- *Wollen wir historisch bewusst oder eher geschichtsvergessen mit Denktraditionen umgehen?*

Der Text von Michael Hampe ist geradezu ein Paradebeispiel für die sorgfältige und respektvolle Bezugnahme auf Denkansätze aus der Geschichte philosophischen Argumentierens des Abendlandes. Aber auch seine häufige Erwähnung erhaltener persönlicher Anregungen aus Diskussionen im Rahmen von Gesprächen und Seminaren oder Symposien fällt wohltuend auf. Hier verweist jemand auf die Schultern seiner Vordenker, auf denen er steht, und die er weiterdenkt, er verweist auf die Gemeinschaft der Mitdenkenden, die wechselseitige Anregung und Freude an den intellektuellen Begegnungen.

---

<sup>1</sup> Kleiner Tipp: Einfach Philosophie und Philosophiegeschichte durch Psychotherapie und Psychotherapiegeschichte ersetzen und darüber nachdenken.

Der Psychotherapie, wie sie in den diversen Instituten gelehrt wird, kann man neben einer gewissen Gesellschaftsvergessenheit<sup>2</sup> wohl, ohne diesen Unternehmungen Unrecht zu tun, auch eine gewisse Geschichtsvergessenheit bescheinigen. Wenn wir das eingangs aus dem Buch von Michael Hampe Zitierte in Erinnerung rufen, sollten uns leicht einige Beispiele dafür einfallen. Beispiele wo entweder auf vergangene Ansätze keinerlei Verweis statt findet, obwohl die Bedeutung dieser Ansätze für gegenwärtig Vermitteltes offensichtlich sein könnte, oder generell kein Bewusstsein dafür geschaffen wird, dass Psychotherapie – wenn auch im Gewand von religiösen, spirituellen, medizinischen und philosophischen Praktiken – eine wahrscheinlich Jahrtausende alte Geschichte hat. Andererseits hat auch das Ausblenden vergangener Denk- und Praxistraditionen seine Vorteile: Das „gänzlich Neue“ verspricht in unseren schnelllebigen Zeiten mehr Aufmerksamkeit und damit einhergehend vielleicht auch einen besseren „Umsatz“. Und vielleicht hinderten allzu sorgfältige Überlegungen zu den historischen Wurzeln eines Ansatzes auch seine unkomplizierte Anpassung an gegenwärtige Lebensformen. Oder konsequente Benennungen der Inspiration aus benachbarten Feldern würden die eigene Reputation mindern<sup>3</sup>.

- *Wollen wir uns einer Praxis des Behauptens oder lieber einer des Erzählens, einer doktrinären oder einer nicht-doktrinären Philosophie anschließen?*

Michael Hampe stellt hier die philosophische Haltung<sup>4</sup> des Sokrates und seiner Disputationsgemeinschaft, deren Praxis er auf vielfältigste Weise zitiert und darstellt, einer konkurrierenden und auf absoluten Wahrheitsanspruch zielenden Praxis gegenüber. Die mit kognitiver Psychotherapie vertrauten Therapeut(inn)en werden hier wohl empfindlich reagieren, denn die in ihrem Rahmen gerne genannte „Methode“ der sokratischen Gesprächsführung wird vor der Argumentation Hampes als ein gravierendes Missverständnis geoffenbart. Dies soll im Rahmen der nächsten Nachdenklichkeit weiter konkretisiert werden.

Grundsätzlicher scheint wohl die Praxis der Konkurrenz unter den Therapieansätzen zu sein, welche ebenfalls mit dem Gestus des absoluten Wahrheitsanspruches auftreten, wenngleich dieser Gestus im Laufe der Jahre und aufgrund doch immer schwerer zu ignorierender Forschungsergebnisse etwas von seinem Glanz verloren hat. Die von Hampe bevorzugte sokratische Haltung entspricht im Rahmen der Psychotherapie vielleicht am ehesten den Diskussionen im Gefolge der Common-Factors-Forschung<sup>5</sup>, welche unterschiedlichsten Ansätzen der Psychotherapie ihre Wirksamkeit nicht abzuspochen sucht, wenngleich die Gefahr einer doktrinären Erklärung im Rahmen allgemeiner Wirkfaktoren natürlich gegeben ist. Aber natürlich hat auch behauptende Psychotherapie ihre Vorteile. Die damit verbundene Gewissheit, die „bessere“ Therapie zu vertreten, hat Forschungsbemühungen beflügelt, hat Karrieren genährt und auch Placeboeffekte verstärkt, von denen wir wissen, dass sie wesentlich sind für unseren Tätigkeitsbereich. Sie hat aber auch den Allegiance-Effekt<sup>6</sup> gestärkt, der wesentlich für das Zustandekommen psychotherapeutischer Effektivität ist.

- *Wollen wir uns auf ein Denken einlassen, welches auch desillusioniert oder doch lieber der Produktion von unumstößlichen Gewissheiten verpflichtet ist?*

Die geschilderte Praxis philosophischen Fragens und Argumentierens, wie sie Michael Hampe als

<sup>2</sup> Siehe z.B.: [http://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/gfx/Vortrag\\_Keupp\\_08.pdf/\\$file/Vortrag\\_Keupp\\_08.pdf](http://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/gfx/Vortrag_Keupp_08.pdf/$file/Vortrag_Keupp_08.pdf) – Zugriff 20.05.2014

<sup>3</sup> Warum bloß denke ich da sofort an das Thema „Achtsamkeit“?

<sup>4</sup> Zum Thema einer psychotherapeutischen Haltung siehe die Veröffentlichungen von Hans Press, der sich in seiner Doktorarbeit ausführlich mit diesem Thema beschäftigt hat:  
<http://www.uni-bamberg.de/klinpsych/personen/press-publikationen/>

<sup>5</sup> Siehe auch die erhellende Doktorarbeit von Lisa Groß:  
<http://opus4.kobv.de/opus4-fau/files/3609/DissertationLisaGross.pdf>

<sup>6</sup> Bei dem genannten Effekt handelt es sich um die „Behandlungstreue“ im Sinne der Überzeugung des Behandlers, dass die angebotene Behandlung wirksam und fundiert ist.

charakteristisch für die sokratische Gemeinschaft schildert, desillusioniert. Dies deshalb, weil am Ende allen Fragens und Diskutierens am Ende alle ursprünglich gedachten Gewissheiten zwischen den Fingern zerrinnen. Das pädagogische Projekt des Sokrates führt für die Teilnehmenden zu dem Ergebnis, dass die einzige Gewissheit das Nichtwissen ist. Die Methode des sokratischen Disputs in der kognitiven Therapie wird jedoch meist als Weg zu erlangenden Gewissheiten des Sprechens mit sich selbst dargestellt. Dahinter steht also wohl doch eine psychotherapeutische Theorie, welche der Produktion von Gewissheiten verpflichtet ist.

Nun mag man einwenden, dass, wenn auch der Bezug zu Sokrates hier vielleicht kritisch zu sehen sei, es doch nicht angehen könne, psychisch leidende Menschen zu desillusionieren. Welchen Nutzen kann es also haben, sich auf desillusionierendes Denken im Rahmen der Psychotherapie einzulassen? Vielleicht hilft hier ein Verweis auf gemeindepsychologische Themen.

Gemeindepsycholog(inn)en haben im Rahmen des Empowermentansatzes m.E. überzeugend auf die Vorteile divergenter versus konvergenter Lösungen für menschliche Probleme hingewiesen. Die gedankliche Öffnung für mehrere Möglichkeiten ein angestrebtes Ziel zu erreichen (statt der Fokussierung auf eine einzige theoretisch untermauerte perfekte Vorgehensweise) erhöht nicht nur die Chance der Passung für unterschiedliche Personen. Sie erhöht zusätzlich die Wahrscheinlichkeit, dass vorhandene Qualitäten der Betroffenen bei den einzelnen Schritten auf diesem Weg gesehen und beachtet werden. Insofern setzt sie eher auf Beisteuern als auf Steuern<sup>7</sup>.

Desillusionierung bedeutet in diesem Rahmen nicht, die Möglichkeit der Hilfestellung bei psychischen Problemen grundsätzlich in Frage zu stellen. Sie kann jedoch gerade in der Ausbildung zum und zur Psychotherapeuten und -in aus gemeindepsychologischer Sicht gut dosiert sinnvoll sein, weil damit einer Hybris individualistischer Problembewältigung im Rahmen von Psychotherapie ein Fragezeichen zur Seite gestellt wird. Die gesellschaftlichen (politischen, sozialen, ökonomischen) wie auch biologischen Rahmenbedingungen psychischen Leids können bedacht und die Tatsache menschlichen Leids als Bestandteil unseres Lebens kann eher in Erwägung gezogen werden<sup>8</sup>. Gewissheiten hingegen haben (siehe oben) natürlich auch ihre Vorteile, weil sie energetisieren und z.B. in Fällen, wo rasch gehandelt werden muss, handlungsleitend wirken. So wird wahrscheinlich in Fällen, wo es um eine konkrete Suizidabklärung geht, die Gewissheit, wie das unter einer aktuellen Richtlinie fachgerecht zu tun sei, hilfreicher sein, als ein zögerndes Abwägen unter der Berücksichtigung der Hinfälligkeit menschlichen Strebens.

- *Wollen wir den Fokus auf Sprache, Sprachgewohnheiten, Lebenswelten und ihren Bezug zu Alltäglichem und Gewöhnlichem legen oder uns bevorzugt mit Theoriesprachen, wissenschaftlichen Festlegungen und Widerspruchsfreiheit beschäftigen?*

In der Philosophie kann man gegenwärtig offenbar von einer starken Tendenz zum zweitgenannten Fokus ausgehen. Michael Hampe plädiert im Anschluss an verschiedene philosophische Vordenker jedoch für den ersten Fokus und stellt die Ergebnisse beider unterschiedlicher Herangehensweisen, ihre Vorteile und was sie zu leisten imstande sind, ausführlich in zwei Kapiteln seines Buches dar.

Für das Feld psychotherapeutischer Bemühungen lohnt sich ein Nachdenken über diese Alternativen ganz offensichtlich. Wissenschaftlich fundierte Theorien tragen zum Verständnis psychischer Störungen und für Überlegungen hinsichtlich eines angemessenen Angebots an die Betroffenen bei. Andererseits gibt es auch gute Kritik dazu, dass bei einer Orientierung ausschließlich an theoretischen Konzepten der Blick für die konkrete Lebenswelt, das Alltägliche relevanter Bedingungen

<sup>7</sup> „Beisteuern ist nicht das gleiche wie Steuern. Es ist aber auch nicht das gleiche wie einfach dabeizusitzen. Beisteuern meint die Kompetenz, sich erkennbar, verantwortlich und anschlussfähig daran zu beteiligen, Perspektiven zu weiten und neue Möglichkeiten zu erschließen, ohne dies einseitig und allein entscheidend tun zu können.“ aus: Loth, W. (1998) Spuren hilfreicher Veränderungen. Das Entwickeln Klinischer Kontrakte. Dortmund: modernes lernen, S. 41f.

<sup>8</sup> Siehe auch die unterschiedlichen Veröffentlichungen Ivan Illichs zu diesem Thema.

und auch Funktionalitäten verloren gehen kann. Aus gemeindepsychologischer Sicht ist auch argumentiert worden, dass bereits im Prozess der Problemsichtung und anschließenden Einordnung durch Psychotherapeut(inn)en ein Abrichtungsprozess dergestalt stattfindet, dass die lebensweltliche Erzählung der Klient(inn)en im Interview passend gemacht werde zu den von den Behandler(in)n(en) gewussten theoretischen Konzepten. Die Anpassung finde also vom Klienten zur Expertin statt und nicht umgekehrt oder wechselseitig.

- *Wollen wir Erziehung (und gemeint ist hier Ausbildung und Lehre) als informierende und disziplinierende Aktion gestalten oder Erziehung als gemeinschaftliches Leben unter der Anleitung oder Führung von Menschen mit einer Expertise auf dem entsprechendem Gebiet?*

„Man kann Philosophie nicht lernen wie Physik.“ steht unübersehbar auf der Rückseite des Umschlags von Michael Hampes Buch. Er bezieht damit klar Stellung für eine alternative Praxis des Lehrens und bezieht sich dabei weitgehend auf John Dewey, dessen Projekt einer Erziehung zu wahren Demokraten er im Detail schildert. Auch wenn er sich letztlich der Tatsache bewusst ist, dass die Ideale einer solchen Erziehung und Lehre letztlich wohl Utopie bleiben müssen, plädiert er für die Förderung eigenständigen Denkens und lebendiger Kreativität im Rahmen gemeinschaftlicher Diskurse.

Für das Feld der Psychotherapie kann man nun argumentieren, dass eine Praxis des Diagnostizierens mit vorgegebenen Mitteln sowie die dem Ergebnis zugeordnete anerkannte Methode der Behandlung sehr wohl lern- und abprüfbar sei. Dies wird ja auch folgerichtig in den Prüfungen zur Approbation abgefragt. Allerdings stellt sich die Frage, ob das ein Garant dafür sein soll, dass jemand dann auch ein(e) „gute(r)“ Therapeut(in) ist. Wenn wir wieder die Psychotherapieforschung bemühen, dann müssten wir über einen gewissen Zeitraum hinweg sowohl die durchschnittlichen Verbesserungen der jeweiligen Klient(inn)en in ihrer jeweiligen Lebenswelt erfassen als auch die Einschätzungen derselben Klient(inn)en hinsichtlich der von diesen geschätzten Güte der therapeutischen Allianz. Dies würde uns eine deutlich zuverlässigere Einschätzung geben, ob wir es mit einer „guten“ Therapeutin einem „guten“ Therapeuten zu tun haben.

Man kann nun aber auch (mit Blick auf die Psychotherapieforschung) dafür plädieren, dass die wesentlichen Qualitäten einer „guten“ Psychotherapeutin, eines „guten“ Psychotherapeuten eher mit ihrer und seiner Beziehungsfähigkeit, der Aufmerksamkeit für die alltäglichen Lebenswelten, das Einlassen auf die Besonderheiten der erzählten Geschichten, der Kreativität des Umgangs damit zu tun hat. Und dies lässt sich zweifelsohne nicht so einfach abprüfbar lernen, sondern eher im Rahmen gemeinschaftlicher Praxis über den Austausch in anregenden Gesprächen, dem Anbieten eines Modells und der Förderung der bereits vorhandenen Qualitäten der Person entwickeln.

Hiermit möchte ich die durch die Lektüre angeregten Nachdenklichkeiten beenden. Vielleicht sind diese ja für die eine oder andere Leserin, den einen oder anderen Leser anschlussfähig und haben etwas Appetit gemacht, sich mit Michael Hampes Buch oder philosophischen Themen generell (wieder) auseinanderzusetzen und deren Brauchbarkeit für das Denken über Psychotherapie zu nutzen.

Und noch ein Zitat aus Michael Hampe zum Abschluss:

*„Vereinfacht und psychologisierend betrachtet ist Behaupten eine ernste und strenge Tätigkeit, die der wahren Welterkenntnis und der richtigen Erklärung ihrer Phänomene dient. Erzählen dagegen ist, könnte man meinen, eher ein entspannter Zeitvertreib, der nach der Strenge des Behauptens und Lehrens kommt, von ihr entlastet und höchstens noch der sittlichen Einsicht dient, sofern man es mit Geschichten zu tun hat, die eine Moral haben.“*

(S. 11)