

Helm Stierlin

Sinnsuche im Wandel

Herausforderungen
für Psychotherapie
und Gesellschaft
Eine persönliche Bilanz

2010

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold
Prof. Dr. Dirk Baecker
Prof. Dr. Bernhard Blanke
Prof. Dr. Ulrich Clement
Prof. Dr. Jörg Fengler
Dr. Barbara Heitger
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand
Prof. Dr. Karl L. Holtz
Prof. Dr. Heiko Kleve
Dr. Roswita Königwieser
Prof. Dr. Jürgen Kriz
Prof. Dr. Friedebert Kröger
Tom Levold
Dr. Kurt Ludewig
Dr. Burkhard Peter
Prof. Dr. Bernhard Pörksen
Prof. Dr. Kersten Reich

Prof. Dr. Wolf Ritscher
Dr. Wilhelm Rotthaus
Prof. Dr. Arist von Schlippe
Dr. Gunther Schmidt
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt
Jakob R. Schneider
Prof. Dr. Jochen Schweitzer
Prof. Dr. Fritz B. Simon
Dr. Therese Steiner
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin
Karsten Trebesch
Bernhard Trenkle
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler
Prof. Dr. Reinhard Voß
Dr. Gunthard Weber
Prof. Dr. Rudolf Wimmer
Prof. Dr. Michael Wirsching

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel

Satz u. Grafik: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten

Printed in Germany

Druck und Bindung: Freiburger Graphische Betriebe, www.fgb.de

Erste Auflage, 2010

ISBN 978-3-89670-754-3

© 2010 Carl-Auer-Systeme Verlag

und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg

Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Häusserstraße haben,
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH
Häusserstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. o 62 21-64 38 o
Fax o 62 21-64 38 22
info@carl-auer.de

Inhalt

Danksagung	7
Einleitung	8
Drei richtungweisende Positionen	8
1. Sinnsuche im Wandel	10
Drei sich wandelnde Bereiche	10
Psychotherapien im Aufwind	11
Ausweitung der Sinnsuche in systemischer Therapie	14
Sinnsuche in der Familie – psychotherapeutisch angeleitet?	18
2. Alltagssinn – Lebenssinn	21
Was bedeutet Lebenssinn?	21
Sinnproduzenten – Sinnbewirtschafter	24
3. Sinnsuche und Sinnfindung in der Nazizeit und danach	27
Hitler als Sinnproduzent und Sinnbewirtschafter	27
Gründe für Hitlers Aufstieg	28
Das Erleben von Sinngemeinschaft als Gemeinschafts- oder Gesellschaftstherapie?	32
Unterschiedlicher Umgang mit der Last eines verlorenen Krieges	34
Ein Wandel, der uns weiterhin erstaunen lassen kann	36
4. Psychoanalyse und Sinnsuche im Wandel?	38
Ein Rückblick	38
Kontextvergessenheit – Kontextbewusstheit	41
Unterschiede der Sichten, die einen Unterschied machen . .	43
Mehr zu Unterschieden der Sichten, die einen Unterschied machen können	46
5. Konflikte der Sichten – Versöhnung der Sichten?	54
Unterschiedliche und doch analoge Linseneinstellungen . .	54
Sinnsuche im Prozess der bezogenen Individuation	56
Individuation mit – Individuation gegen	57

6. Zur Eltern-Kind-Beziehung in heutiger Zeit	58
Bezogene Individuation in der frühen Mutter-Kind-Beziehung	58
7. Zur Sinnsuche im Jugendalter	63
Herausforderungen für heutige Jugendliche	63
Magersucht: Beispiel für Wandel in Sinnsuche und Psychotherapie	64
8. Sinnfindung durch Loyalitätsbände?	74
Wie nachhaltig wirkt Familienloyalität?	74
9. Zur Suche nach Lebenssinn in der Mitte des Lebens	78
Gegensätze ziehen sich an und stoßen sich ab	78
Delegationen als Wegweiser auf der Suche nach Lebenssinn .	82
10. Zur Suche nach Lebenssinn im Alter	88
Altwerden in heutiger Zeit	88
11. Kontextbewusste Freiheit: Grundlagen und Grenzen	94
Zwei wegweisende Einstellungen unserer erkennenden Linse	94
Zum Erbe Batesons	95
Zum Erbe Hegels	98
Liebende Gegenseitigkeit – Grundlagen und Gefährdungen .	101
Emotionales Bewegtsein und reflektierende Vernunft	103
Weitere innovative Ansätze	109
Eine Längssicht kann auch schmerzen	116
Zur Sinnfindung in Gruppenprozessen	118
Therapie durch Anstoß oder Ausschaltung von Emotionen? .	121
Zur Sinnfindung durch Familienstellen	125
12. Eine vorläufige Bilanz	129
Mit noch mehr Fragen	129
13. Fazit und Ausblick – Forderungen nach Autonomie	136
Zwei Szenarien, in denen Autonomie gefordert ist	136
Zwei Institutionen im Wandel	138
Literatur	144
Über den Autor	148

Danksagung

Mein Dank gilt in erster Linie denen, die mich bei der Abfassung des Manuskriptes beraten haben. Das sind Noa Zanolli, Ursula Gutbrod, Joseph Duss-von Werdt, Gunthard Weber und meine Frau Satu. Mein Dank gilt weiter den im Text erwähnten Mitgliedern unseres Heidelberger Teams, die viele der Ideen und Erfahrungen angestoßen haben, über die ich in diesem Buch berichte. Und mein besonderer Dank gilt Frau Maria Syska, die die anfallenden Schreibarbeiten und Nachforschungen schnell und genau erledigte.

Einleitung

Dies ist keine wissenschaftliche Arbeit im strengen Sinne. Es ist eher ein durch meine Erfahrungen als Therapeut und Forscher angeregter Reise- oder Erfahrungsbericht. Darin stehen für mich Erfahrungen im Vordergrund, die in meinem Denken und Vorgehen einen Unterschied machten. Diese Erfahrungen gaben zu immer neuen Fragen Anlass und ich möchte meine Leserinnen und Leser einladen, mich bei meiner von diesen Fragen beherrschten Reise zu begleiten.

Diese gedankliche Reise vermag allerdings nur einen kleinen Teil von dem in den Blick zu bringen, was im Rahmen meines Themas erwähnenswert gewesen wäre. Und sie ist nicht zuletzt durch das geprägt was ich, Geburtsjahrgang 1926, als Kind und Jugendlicher miterlebte: die Auswirkungen einer damals sinnstiftenden Ideologie. Doch dürfte gerade die Rückbesinnung auf das Geschehen in dieser Zeit verdeutlichen, wie tiefgreifend sich inzwischen auch das gewandelt hat, was wir unter Psychotherapie verstehen und wie sich dies auf unsere Suche nach einem Sinn im Leben auszuwirken vermag.

Drei richtungweisende Positionen

Dieser Essay wurde nicht zuletzt durch den Philosophen Karl Jaspers angeregt. Ich besuchte seine Seminare und Vorlesungen von 1946 bis 1948 und ließ mich von ihm auch bei meiner philosophischen Dissertation über den Begriff der Verantwortung beraten. Als Nachwirkungen aus diesen Jahren blieben mir bis heute drei von Jaspers vertretene Positionen im Gedächtnis, durch die sich zum Ausdruck bringt, was Philosophie letztlich bedeutet. Diese weisen auch meinen folgenden Überlegungen die Richtung.

Die erste Position besagt: Philosophie ist eine Sinnsuche, die sich von dem nährt, was das eigene Leben und der eigene Beruf an Erfahrungen liefert. Daher empfahl Jaspers seinen Philosophiestudenten ein Handwerk zu lernen, das Erfahrungen ermöglicht, die solcher Sinnsuche Auftrieb geben. Für ihn selber war dieses Handwerk die Medizin und für mich wurde es in der Folge ebenfalls die Medizin. Und darin waren es vor allem die Psychiatrie und Psychotherapie, die mich zu meiner Sinnsuche anregten.

Die zweite Position besagt: Eine philosophische Sinnsuche ist zwar auf das Ganze gerichtet. Aber der Versuch das Ganze zu erfassen, scheitert zwangsläufig an dem, was Jaspers als Subjekt-Objekt-Spaltung beschrieb. Und dennoch sollten wir nicht ablassen, uns um die Erkenntnis eines Ganzen zu bemühen. Im Folgenden spreche ich von unterschiedlichen Einstellungen unserer erkennenden Linse oder auch von unterschiedlichen Sinnkonstruktionen, die uns das jeweils in den Blick Gebrachte unterschiedlich wahrnehmen, erklären und bewerten lassen.

Die dritte Position besagt: Dieser immer wieder notwendige Wechsel der Linseneinstellungen bedingt, dass wir in unserer Sinnsuche immer neue Fragen stellen müssen. Das gilt auch, wenn es um eine Sinnsuche im Bereich dessen geht, was gemeinhin unter Psychotherapie verstanden wird. Denn auch bei diesem Bereich lässt sich von einem Ganzen sprechen, dessen viele Aspekte zu einem genaueren Erkennen herausfordern und bei dem sich zeigt, dass auch dieses »Ganze« sich immer wieder einem ganzheitlichen Erkennen entzieht. Und das ist besonders dann der Fall, wenn wir uns fragen, ob und wie sich durch eine Psychotherapie – wie immer sie auch definiert und ausgeübt werden mag – das in Einklang bringen beziehungsweise das versöhnen lässt, was durch unterschiedliche Einstellungen der erkennenden Linse in den Blick kommt.