



Psychotherapeutische **Dialoge**

Psychotherapie als Beziehung und Prozess

Chancen, Risiken, Fehlerquellen

Silke Birgitta Gahleitner und
Brigitte Schigl

im Gespräch mit Uwe Britten

V&R

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl:
Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen



© 2019, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406847 — ISBN E-Book: 9783647406848

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl:
Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen

Psychotherapeutische *Dia*logue

Herausgegeben von Uwe Britten

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl:
Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl

Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen

Silke B. Gahleitner und Brigitte Schigl
im Gespräch mit Uwe Britten

Mit 4 Abbildungen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2019, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: [dalinas/shutterstock.com](https://www.dalinas.com)

Texterfassung: Regina Fischer, Dönges
Korrektorat: Edda Hattebieber, Münster
Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISSN 2566-753X
ISBN 978-3-647-40684-8

Inhalt

Umgang mit Komplexität	13
Funktionen und Reduktionen	14
Therapeutische Verfahren	25
Risiken von Psychotherapie – Forschung und Alltag	39
Nebenwirkungen, Misserfolge und Schädigungen	40
Fehler	54
Rigidität und fehlende Selbstreflexion	65
Einschätzung und Einordnung von Nebenwirkungen	75
Beziehungsarbeit	83
Die Ermöglichung einer Beziehung	84
Beziehungsarbeit heißt Netzwerkarbeit und Lebenswelten in den Blick zu nehmen	102
Einschätzung der therapeutischen Beziehung	115
Abhängigkeiten	116
Überforderungsgefühle	128
Lösung schwieriger Situationen	139
Abbrüche und Beendigungen	140
Fachliche Öffnungen	149
Ausgewählte Literatur	155

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl:
Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen

Gösing, August 2018: Im knapp 900 Meter hoch gelegenen Alpenhotel in Niederösterreich, dem Ötschergipfel gegenüber, treffen sich Brigitte Schigl und Silke Birgitta Gahleitner. Draußen ist es gewittrig und schwülwarm. Frau Schigl hat ihren jungen Retriever Pace mitgebracht, der ganz brav zu unseren Füßen liegt und sich bei der Hitze während des gesamten Gesprächs kaum rühren wird.

Wir sind zusammengekommen, um über das Gelingen und Mislingen, über Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie und die besondere Bedeutung der professionellen Beziehungsgestaltung in diesem Geschehen zu sprechen. Die Psychotherapie ist mancherorts schon »ins Gerede« gekommen, denn natürlich kann auch sie »schiefgehen«. Fehlende fachliche Kompetenz, mangelnde Sensibilität oder gar das Verfolgen eigener Bedürftigkeiten aufseiten der Therapeutinnen und Therapeuten – so lauten einige der Vorwürfe. In unserem Gespräch geht es also um die Essentials von Psychotherapie, um die Klippen und Herausforderungen und wie sich Probleme und Missgriffe vermeiden oder wenigstens nachträglich wieder korrigieren lassen. Das beste Mittel dazu ist eine gute, stabile, verlässliche Beziehungsgestaltung. Sie bietet eine Reihe von Chancen, jedoch auch wiederum neue Gefahren für das Gelingen therapeutischer Prozesse. Kein Therapeut und keine Therapeutin ist daher fehlerfrei und allseitig grenzenlos kompetent, die Frage ist jedoch, ob und wie man mit dieser menschlichen Fehleranfälligkeit professionell im therapeutischen Prozess umgehen kann.



Silke Birgitta Gahleitner, Prof. Dr. phil. habil., Jahrgang 1966, ist seit 2006 Professorin für Klinische Psychologie und Sozialarbeit an der Alice-Salomon-Hochschule in Berlin. Von 2012 bis 2015 leitete sie zudem das Zentrum Psychotherapie und Psychosoziale Interventionen an der Donau-Universität Krems am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit. Sie war lang-

jährig in der Sozialen Arbeit im Anti-Gewalt-Bereich und als Psychotherapeutin in eigener Praxis tätig und beschäftigt sich hauptsächlich mit der (Beziehungs-) Arbeit mit traumatisierten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, etwa in dem Buch »Das pädagogisch-therapeutische Milieu in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen« oder in der Publikation »Professionelle Beziehungsgestaltung in der psychosozialen Arbeit und Beratung«. Im Verlag Vandenhoeck & Ruprecht ist sie Mitherausgeberin der Reihe »Fluchtaspekte. Geflüchtete Menschen psychosozial unterstützen und begleiten«.

Viele Missgriffe in Therapie und Beratung seien, sagt sie, vermeidbar, wenn eine qualifizierte Bindungs- und Beziehungsdagnostik durchgeführt und diese für die professionelle Beziehungsgestaltung genutzt würde. Für erfolgreiche therapeutische Prozesse betont sie außerdem die Notwendigkeit, außertherapeutische Faktoren bei der Unterstützung der Klientinnen und Klienten zu berücksichtigen. »Wenn die Wirkung von Psychotherapien nachweislich zu 40 Prozent von außertherapeutischen Faktoren abhängt, dann sollten wir versuchen, konstruktiv auf diese Einflüsse einzuwirken«, so ihre Position.

Brigitte Schigl, Dr. phil. MSc., Jahrgang 1960, ist Psychotherapeutin sowie Klinische und Gesundheitspsychologin. Sie arbeitet als Lehrtherapeutin in der Ausbildung Integrativer Therapeutinnen am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit an der Donau-Universität Krems, wo sie auch den Titel einer Ehrenprofessorin trägt. Darüber hinaus leitet sie den Studiengang Psychotherapie- und Beratungswissenschaften an der Karl-Landsteiner-Universität für Gesundheitswissenschaften in Krems, der eine eigenständige akademische Grundausbildung für angehende Psychotherapeutinnen möglich macht. Sie ist zudem Lehrbeauftragte in der psychotherapeutischen Fortbildung.



Schwerpunkt ihrer Forschung ist die Beschäftigung mit geschlechtsspezifischen Themen innerhalb der Psychotherapie; ihre diesbezüglichen Ergebnisse und Überlegungen hat sie im Buch »Psychotherapie und Gender. Forschung, Konzepte, Praxis« zusammengefasst. Zudem ist sie Mitautorin der sogenannten RISK-Studie, in der »Wirkung, Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie« empirisch beforscht wurden und ein »Beipackzettel« für Psychotherapien entwickelt wurde. Auch in diesem Zusammenhang hat sie darauf hingewiesen, dass bei weiblichen und männlichen Therapeutinnen mit ihren weiblichen und männlichen Patientinnen unterschiedliche Interaktions- und Beziehungsdynamiken in den therapeutischen Prozessen stattfinden und dass die Geschlechterdyade in einer Therapie keinesfalls gleichgültig ist. »Wir müs-

sen sensibel sein für kleinste Störmomente, die uns zeigen, dass etwas in der therapeutischen Beziehung nicht stimmt.«

Brigitte Schigl arbeitet seit dreißig Jahren in ihrer Praxis mit Patientinnen und Patienten.

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl:
Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen

Silke B. Gahleitner/Brigitte Schigl:
Psychotherapie als Beziehung und Prozess: Chancen, Risiken, Fehlerquellen

UMGANG MIT KOMPLEXITÄT

»Das Kausalitätsbedürfnis ist ein zutiefst menschlicher Wunsch, zu verstehen, was uns umgibt, um uns darin zu orientieren. Das ist erst einmal völlig legitim. Ich versuche immer, diese vermeintliche Linearität möglichst breit darzustellen, also für unterschiedliche Perspektiven zu öffnen.«

Brigitte Schigl

Funktionen und Reduktionen

Fangen wir bei den Bienen an: Die Bienen sind auf der Suche nach Futter, fliegen dabei Blüte für Blüte an und bestäuben, ohne es zu ahnen, die Blumen mit Pollen und sorgen so nicht nur für Früchte, also Nahrung für viele andere Wesen, sondern auch für den Fortbestand der jeweiligen Gewächse. Dies wiederum zum Vorteil der Bienen selbst, denn so sichern sie ihre Nahrung im kommenden Jahr. Was würden Sie als die Hauptfunktion der Bienen bezeichnen?

SCHIGL Zu leben.

GAHLEITNER Ja, existenzialistisch gedacht. Aber ich würde auch einen Beziehungsaspekt darin sehen: Da gibt es ja ein gegenseitiges Angewiesensein aufeinander. Die Biene, die etwas für die Pflanzen tut, denn sonst funktioniert ja die Bestäubung gar nicht, und die Pflanze, die natürlich auch die Biene ernährt. Überhaupt sind ja Bienen ein sehr soziales Volk.

Wenn wir auf die Natur schauen, finden wir viele echte Kooperationsbeziehungen, womit ich nicht Abhängigkeitsbeziehungen meine. Das ist immer sehr spannend. Es gibt immer mehr Filme und Kurzvideos, in denen sich zeigt, wie verschiedene Tierarten kooperieren. Es gibt zum Beispiel ein ganz schönes Video mit einem Elefanten und einem Hund, in dem der Hund immer auf den Elefanten klettert – sie stehen beide im Wasser – und von dort mit voller Wucht ins Wasser springt. Der Elefant hilft ihm dabei. Er muss sozusagen mitdenken. Und das betrifft nichts Überlebenswichtiges, es ist einfach tierischer »Fun«. So etwas haben wir Menschen lange Zeit unter Tieren nicht vermutet, einfach Kooperation aus Lust und aus eigenem Antrieb.

SCHIGL Warum ich so lakonisch gesagt habe, der Sinn oder die Funktion sei, dass die Biene lebt, war, weil schon das Wort

»Funktion« ein Kausalitätsprinzip voraussetzt beziehungsweise hineinsieht. Das ist bereits ein anthropozentrischer Blick. Für Menschen muss alles eine Funktion haben. Ich denke, es handelt sich schlicht um ein Gewordensein und um ein System, in dem nichts *füreinander* »Funktion« hat. Das ist dieser technifizierte Menschenblick darauf, den die westliche Welt und insbesondere die neoliberale Leistungsgesellschaft ins Extrem getrieben hat. Da hat alles für anderes eine Funktion, sonst ist es nutzlos.

Deshalb habe ich mich daran gestört. Der Sinn, der ist das Leben selbst – hier denke ich wirklich existenzialistisch, Silke. Und im Leben machen alle Wesen etwas miteinander. Das ist ein System oder besser: unzählige, miteinander verschränkte Systeme, von dem jeder und jede ein Teil ist. Eine »Funktion« würde ich also dem allen nicht geben. »Funktion« ist, wenn ich sage, die Bienen haben in der Landwirtschaft diese und jene Funktion. Das wäre eben wieder ein solcher Utilitarismus ...

Gut, ich nehme ein zweites Beispiel: Wir wollen den Wolf wieder ansiedeln, aus verschiedenen Gründen. Nun stellen wir fest, dass er sich nicht nur für Rehe und Wildschweine interessiert, sondern auch für die Schafe auf der Weide, die zudem eine viel leichtere Beute für ihn sind. Das wiederum gefällt uns gar nicht, weder den Schäfern noch den Tierschützern. Gibt es noch ein Argument für den Wolf?

GAHLEITNER Auch dazu ließe sich wieder viel sagen. Wir als Menschen richten unsere Aufmerksamkeit immer auf jene Dinge, die uns als wichtig vermittelt werden. Wir betreiben ständig ein Highlighting und Hiding. Zum Beispiel ist es zurzeit schon auffällig, dass bei Straftäterinnen, über die die Medien berichten, betont wird, sie seien Afghanen oder Syrer oder stammen jedenfalls aus irgendeinem muslimischen Kontext. Auch früher gab es Straftaten, die von Muslimen verübt worden waren, aber wir erfuhren das so nicht. Und über all die Straftaten nicht muslimischer Menschen wird aktuell deutlich seltener berichtet. Wenn

irgendwo irgendetwas passiert ist, dann nennt meistens der zweite Satz die Religionszugehörigkeit. Auch das ist eine spannende Geschichte: Warum wird das so gehighlightet? Warum war das im Kalten Krieg nicht so? Ich würde sagen, dass wir unsere Aufmerksamkeit und damit uns selbst ziemlich lenken lassen.

Ich will nicht leugnen, dass Wölfe sogar im Bluttausch auch sinnlos Schafe reißen, aber in der Art und Weise, wie stark das dann sofort in so ein tief verwurzeltes, feindseliges, angstvolles Klischee gegenüber Wölfen durchschlägt, das müsste man sich genau ansehen. Wölfe sind früher systematisch ausgerottet worden, auch mit viel »Hass« im Habitus. Warum also erfahren wir in den Nachrichten, wenn ein Wolfsrudel Schafe gerissen hat?

SCHIGL Ich möchte wieder etwas Kulturkritisches hinzufügen: Unser Bild von der Natur hat sich seit dem neunzehnten Jahrhundert stark verändert. Früher war die Natur etwas Bedrohliches und Gefährliches, vor dem man sich schützen musste. Heute ist die Natur etwas, was schützenswert ist, was man pöppeln und vorsichtig behandeln muss, damit sie nicht »kippt« und möglichst noch schön anzuschauen ist. Natürlich kann man es als romantisierend bezeichnen, auch den Wolf wieder ansiedeln zu wollen. Der hat eigentlich keine »Funktion« mehr bei uns und hat auch gar keine adäquaten Lebensräume – es handelt sich also vielleicht durchaus um ein bisschen Nostalgie.

Ich habe über Untersuchungen gelesen, in denen man anhand von Schulaufsätzen von Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts und heute beschrieben hat, wie unterschiedlich es ist, was Kinder damals und heute über Natur lernen und über sie denken. Prinzipiell finde ich es schön, wenn die Wölfe wieder da sind, aber ob das so toll ist mit unserer hoch industrialisierten und aufgeteilten Landschaft, wo es keine größeren unberührten Lebensräume für Wölfe mehr gibt und in der sie in Konkurrenz zu den Jägern stehen ...

Im Übrigen scheinen da auch viele Machtinteressen hinein-zuspielen. In Österreich wurde jahrhundertlang der Jäger-schaft der Wolf als gefährliche, wildernde Bestie präsentiert und schließlich mit Einsatz vieler Kräfte ausgerottet. Das steckt noch immer in den Erzählungen vom »bösen« Wolf.

Sie haben mich jetzt beide gründlich dabei ausgebremst, von Funktionen zu reden. Ich spitze mal zu: Wenn wir auf die Welt schauen, müssten wir sagen: Nicht die Welt ist widersprüchlich, sondern das Bild, das wir uns von ihr machen.

GAHLEITNER Bei uns Menschen spielt es eine extrem große Rolle, welche Bedeutung wir einzelnen Aspekten geben. Das ist letztlich eine erkenntnistheoretische Frage, und die Antwort ist abhängig davon, ob jemand eine Anhängerin oder ein Anhänger vom kritischen Rationalismus, vom kritischen Realismus, vom Konstruktivismus oder sonst etwas ist. Ich würde mich am ehesten so verorten, dass es schon eine Realität gibt, dass irgendetwas *existiert*. Inwiefern wir das wahrnehmen können, ist die zweite Frage, und deswegen ist es ja auch in der Forschung immer so wichtig, Dinge von sehr verschiedenen Seiten auszuleuchten und unterschiedliche Konstruktionen des Gegenstandes aufzuspüren – wobei ich aber eben ablehne, dass alles *nur* eine Konstruktion sei. Dass ich hier auf einem breiten, bequemen Sessel sitze, ist schwer zu bestreiten. Dass wir sehr verschiedene Wahrnehmungen von ihm haben und Unterschiedliches an ihm hervorheben würden, ist eine zweite Frage und ebenso unbestreitbar. So muss man sich kommunikativ darüber austauschen, um sich wenigstens annäherungsweise ein möglichst vollständiges Bild zu machen.

SCHIGL Ich glaube, nicht die Welt ist widersprüchlich, vielmehr kommen die Menschen, die sie beschreiben, zu widersprüchlichen Erkenntnissen. Das wäre die konstruktivistische Sicht. Es gibt kein »objektives« Erkennen der Wirklichkeit, sondern wir

können uns über unsere Erkenntnisse austauschen und dann zu Konsens oder Dissens kommen, hier stimme ich Silke zu. Wenn wir diesen »bequemen« Sessel anschauen, dann nehmen wir den unterschiedlich wahr. Silke jetzt als eine Nutzerin, die gerne gut sitzen möchte. Es gibt aber noch andere Sichtweisen in Abhängigkeit davon, ob ich eine Therapeutin bin, die den Stuhl für ihre Patientin zurechtrückt, eine Designerin, die ihn entwirft, eine Tischlerin, die ihn bauen muss, eine Innenarchitektin, die den Raum gestalten soll, oder was auch immer. Der Blick auf den Gegenstand und welche Interessen und Vorannahmen ich habe, macht die Widersprüchlichkeit.

GAHLEITNER Deshalb geht auch Forschung nur im gemeinsamen Dialog oder – um mit Hilarion Petzold (2003) zu sprechen – im Polylog, um sich praktisch in konsensorientierten Diskursen anzunähern, um ein möglichst umfassendes, multiperspektivisches Bild zu bekommen. Das ist am ehesten ein gangbarer Weg.

SCHIGL Ja, da stimme ich dir zu.

Nun ist die Mauer, an der wir uns den Kopf stoßen, auch von Konstruktivisten nie bestritten worden. Bei materiellen Dingen ist ein Konsens noch relativ leicht zu erzeugen. Bei nicht materiellen Gegenständen wird es schon schwieriger. Sie beide, die Sie auch wissenschaftlich arbeiten, müssen die Komplexität der Beobachtungen, die Sie angedeutet haben, dennoch in Kausalitätsstrukturen darstellen. Gänzlich schwierig wird es, wenn Sie komplexe Bedingungsgefüge auch noch in Sprache bringen müssen, das ist nicht immer leicht, denn Sprache ist linear. Komplexität ist mit Linearität aber schlecht darstellbar. Macht Sie das manchmal unglücklich? Letztlich bleiben alle Darstellungen unterkomplex.

SCHIGL Ich glaube, dass den Menschen ein kindliches Kausalitätsbedürfnis innewohnt. »Etwas ist so, weil ...« Es donnert jetzt, weil der Himmel böse ist oder weil du dein Essen nicht

aufgegessen hast oder warum auch immer. Dieses Kausalitätsbedürfnis ist ein zutiefst menschlicher Wunsch, um zu verstehen, was uns umgibt, um uns darin zu orientieren. Das ist erst einmal völlig legitim. Ich versuche immer, die vermeintliche Linearität möglichst breit darzustellen, also für unterschiedliche Perspektiven zu öffnen. Wenn ich also ein Thema herausgreife, dann tut sich dennoch ein ganzes System auf, mit vielfältigen Verbindungen, Abhängigkeiten und Zusammenhängen, die sicher nicht immer linear oder kausal, sondern vielgestaltig sind. Dann eröffnet sich die Komplexität.

Natürlich, wenn ich einen Kongressvortrag halte, dann muss ich oft eine verkürzte Aussage machen. »Das ist, weil ...« Die wenigen Forschungen zu dem Thema sagen, dass die Dyade aus weiblicher Patientin und männlichem Therapeuten die risikoreichste ist, was *Übergriffe* betrifft, so Monika Becker-Fischer und Gottfried Fischer schon 2008. Dann führe ich dieses Risiko auf die Genderkonstellation zurück. Wenn ich in einem Seminar sitze, in dem wir mehr Zeit für eine differenzierte Diskussion haben, dann reden wir über Männlichkeiten und Weiblichkeiten und patriarchale Hintergründe und gesellschaftliche und individuelle Vorstellungen darüber, was bei Frauen und Männern als »normal« angesehen wird. In einem solchen Kontext lässt sich das viel besser aufdröseln. Die Darstellung wird reicher und phänomenologischer und vielfältige Zusammenhänge tun sich auf.

Ich denke, es kann beides nebeneinanderstehen. Das eine ist halt für die verkürzte Schlagzeile oder Überschrift, das andere ist für jene, die sich dann tiefer damit beschäftigen wollen.

GAHLEITNER Ich würde nicht zustimmen, dass wir immer oder meistens auf Kausalitäten hinausmüssen. Ich denke, das ist ja gerade der Sinn von Forschung, uns zu dezentrieren. Genau wie Brigitte sagt, müssen wir uns lösen von diesen früheren, einfachen Kausalitätsschemata, um zu erkennen, dass die Welt eben an vielen Stellen nicht linearen Prinzipien folgt. An man-

chen Stellen gibt es lineare Kausalitäten. Es gibt zum Beispiel mehr Täter als Täterinnen bei sexuellen Übergriffen gegenüber Kindern, auch im Bereich der Psychotherapie, aber es gibt eben nicht *nur* Täter.

Ich denke, das betrifft ja genau die Frage danach, wo man sich erkenntnistheoretisch verortet. Wenn man sich stärker im qualitativen Forschungsbereich, also phänomenologisch, verortet und eher Hypothesen bildet als Hypothesen testet, dann gibt es ein bestimmtes Ergebnis, das zwar erst mal nicht bewiesen werden kann, aber als Dimension in der Welt steht. Wobei ich nicht gegen Hypothesentestung plädieren möchte, das ist genauso wichtig, aber Hypothesenbildung fördert in der Forschung Dinge zutage, die die Komplexität aufzeigen und die Linearität aufbrechen können. Jürgen Kriz hat das ja wunderbar in dem Buch »Subjekt und Lebenswelt« von 2017 beschrieben, dass es eben nicht immer um kausale und lineare Zusammenhänge geht, sondern um ganz andere Muster, ganz andere Abfolgen, ganz andere Logiken. Deshalb ist es schade, dass sich ein Teil der Psychotherapieforschung zu sehr auf diese linearen Wirksamkeitsanalysen versteift hat. Damit kann manches nicht beschrieben werden.

Wenn Sie jetzt therapeutische Äußerungen bis hin zu Interventionen dazunehmen, dann ist es auch da nicht immer einfach, die ganze Komplexität im Blick zu behalten, worum es in einem psychosozialen Bedingungsgefüge geht.

SCHIGL Wenn ich therapeutisch interveniere, habe ich gar nicht immer die »ganze Komplexität« im Blick, sondern ich mache vieles eher intuitiv. Die Komplexität, die es hat, ergibt sich oft erst in Supervisionen oder in Intervisionen oder vielleicht im Nachdenken darüber, was ich besser oder anders hätte machen können oder warum etwas so gut gelaufen ist. Ich glaube, es wäre eine Hybris, zu sagen, dass die Therapeutinnen sich der

ganzen Komplexität ihres Handelns bewusst seien, wenn sie eine Handlung setzen. Nein, es ist eine Tatsache, dass wir Psychotherapeutinnen Fehler oft erst im Nachhinein erkennen. Ich als Therapeutin mache etwas, was gut oder weniger gut trifft, und dann beginnt die Komplexität, das Nachdenken über die Komplexität. Wenn ich die ganze Komplexität vorher bewusst hätte, dann wäre ich eher gelähmt, dann könnte ich keine Intervention setzen, weil ich dann nur darüber nachdenken würde, was jetzt das ganze System verlangt. So kämen wir in der jeweiligen Sitzung nicht mehr zu einer Intervention.

Es ist wie bei einem guten Handwerker, der aufgrund der Struktur seines Materials seine Bearbeitungstechnik in einer bestimmten Weise setzt, oder einer Snowboarderin, die je nach Hang und Schneebeschaffenheit den einen oder anderen Stil wählt. Da steckt viel Erfahrungswissen, implizites Wissen, dahinter, das oft erst in der Reflexion bewusstseinsfähig wird.

GAHLEITNER Das stimmt. So ist die Abfolge, die du jetzt aufgezeigt hast, dass man zwar *vor* dem Handeln schon viele Dinge gelesen und in der Ausbildung erfahren hat, dass man aber im Handeln intuitiv reagiert und das Vorgehen erst *nach* dem Handeln über Supervision reflektiert. Erst dadurch kommt man zu einer »strukturierten Intuition«, wie Ilse Orth aus der Integrativen Therapie es immer genannt hat. Vor einem breiten Hintergrund von Wissensbeständen können wir in der Situation strukturierter, wenn auch intuitiv reagieren, weil schon so viel im Repertoire ist, dass dann die Intuition treffsicherer wird. Hinzu kommt dann mehr und mehr Berufserfahrung.

Das ist mir immer sehr wichtig, den Studierenden klarzumachen, dass es ihnen gelingen muss, sich viele Wissensbestände anzueignen und in diesen Wissensbeständen auch Bezüge zueinander herzustellen, um damit dann je nach Indikation und Situation möglichst treffsicher reagieren zu können. In der Integrativen Therapie sprechen wir von Integratoren, also gewissen Regeln, nach denen wir versuchen, die Metho-

den verschiedener Verfahren, zum Beispiel klientenzentrierte und verhaltensorientierte, im Handeln zu integrieren. Das kann natürlich niemals alles fehlerfrei sein und das kann auch nicht das Ziel von Psychotherapie sein, denn Fehlerfreiheit gelingt in keiner sozialen Begegnung, in keiner Profession, aber es ist zumindest eine größere Treffsicherheit vorhanden, wenn wir vorher viel wissen, wenn wir uns eine ganze Menge Erfahrungskompetenzen angeeignet haben und wenn wir hinterher auch bereit sind, das eigene Handeln so oft wie möglich in Supervision oder in Intervision anzuschauen und zu reflektieren. Dann entsteht mit der Zeit mehr und mehr Kompetenz.

SCHIGL Ja, das würde ich genauso sehen: Die Basis ist Selbsterfahrung. Die macht mir klar, in welchen Modi ich laufe und wie ich so geworden bin, wie ich jetzt bin. Damit und in der Zusammenschau mit dem theoretischen Wissen und vielem Üben entsteht diese strukturierte Intuition. So kann ich eine Intervention anwenden und wieder reflektieren und deswegen beim nächsten Mal wieder so anwenden oder eben auch ganz anders.

Auf welche Resonanz stoßen Sie denn im Kolleginnenkreis, wenn Sie so stark auf Intuition abzielen?

SCHIGL Oh, ich will jetzt nicht falsch rüberkommen: Ich bin eher bekannt als eine Intellektuelle in der Integrativen Therapie, da sollte ich wohl besser nicht so auf die Intuition pochen. Im Kolleginnenkreis ist Intuition sehr hoch angesehen. Aber das ist auch etwas, was der Psychotherapie oft vorgeworfen wurde, zumindest in Österreich, dass das Wissen noch vorwissenschaftlich sei und dass wir »nur« aus dem Bauch heraus arbeiten würden. Und dass wir doch mehr Theorien bräuchten und mehr Wissenschaftsverwobenheit und Evidenzbasierung in den Methoden. Vielleicht ist Intuition allein deshalb auch nicht das richtige Wort. Es ist das Konglomerat aus Kompetenzen und Performanzen vor dem Hintergrund meiner Persönlichkeit,

abgestimmt auf Situation und Indikation. Aber die Intuition würde ich vielleicht eher »Spontanität« nennen. Vielleicht ist das das bessere Wort.

GAHLEITNER Ich finde »Intuition« gar kein so falsches Wort. Intuition meint ja nicht nur ein »Bauchgefühl«. Das sogenannte Bauchgefühl finde ich schwierig, dagegen wende ich mich absolut, sowohl in der sozialen Arbeit als auch in der Psychotherapie oder im Besonderen in der Integrativen Therapie und Beratung. Aber Intuition verkörpert für mich schon das, was man international »tacit knowledge«, also »schlummerndes Wissen« nennt: Was ist das eigentlich, wann kommt es hoch, an welchen Stellen kann man das gezielt akquirieren, wofür kann man das gebrauchen? Es geht dabei um nicht ganz bewusste Wissensbestände, Kompetenzen und Performanzen, die man eigentlich schon hat und die aber erst an bestimmten Stellen und manchmal unvermittelt zutage treten. Deswegen machen wir in Forschungsprojekten zum Beispiel häufig Interviews mit Fachkräften. Das macht man, weil man vermutet, dass man so über das Buchwissen hinaus an bestimmte, in der Praxis bewährte Wissensbestände herankommt. Das alles verkörpert für mich auch der Begriff der Intuition. Ich benutze deswegen lieber »strukturierte Intuition«, damit unter einer Intuition nicht »Bauchgefühl« verstanden wird.

SCHIGL Wir können das ja auch bei den Spieleshows im Fernsehen sehen, in denen von den Moderatoren gesagt wird, bei Unsicherheiten sollten die Kandidaten das wählen, was ihnen zuerst einfiel. Auch bezüglich der Multiple-Choice-Tests an den Hochschulen zeigen Untersuchungen, dass die Trefferquote viel besser ist, wenn die Studierenden das ankreuzen, was sie als Erstes für richtig gehalten haben. Wenn sie später noch mal drübergehen und anfangen, nachzudenken und alles abzuwägen, dann ziehen sie oft falsche Schlüsse. Viel spontanes, schlummerndes Wissen wird bereits abgerufen, das latent vorhanden ist, aber vielleicht in dem Moment noch vorbewusst bleibt.

GAHLEITNER Das gilt aber nur für Situationen, in denen man sich in einem guten inneren Spannungsverhältnis befindet. Nur wenn man sich in einem mittleren, gut regulierbaren Bereich befindet, hat diese spontane Eingebung gute Chancen, das »tacit knowledge« zu heben. Wer sich in einem zu hohen Erregungszustand befindet, hat keinen guten Zugriff auf seine kognitiven Fähigkeiten. Das betrifft auch ganz praktische Bereiche: Wenn der Therapeut oder Berater sehr stark getrieben ist von eigenen Bedürfnissen und Gefühlen oder von der eigenen Lebensbewältigung, dann gilt es natürlich nicht, dass das, was er spontan fühlt oder gerne machen möchte, immer das Richtige ist.

Wenn Psychologiestudierende gut trainiert sind, dann entwickeln sie auch das, was wir nun »strukturierte Intuition« nennen. Gut ausgebildete Neulinge in der Psychotherapie haben ein solides Fundament, auf dem sie aufbauen können?

GAHLEITNER Das wäre mir jetzt wieder zu einfach ausgedrückt. Therapeutisches Intervenieren umfasst viel Interaktionelles, die ganze Beziehungsdimension sowieso. Das ist natürlich etwas anderes als eine Multiple-Choice-Prüfung. Aber um an vorhin anzuknüpfen: In der psychotherapeutischen Sitzung müssen wir auf spontane Regungen achten. Wir müssen sehen, inwiefern wir diese spontanen Regungen konstruktiv für den Entscheidungsprozess hin zu einer Intervention einsetzen können. Man muss jedoch mit den Begrifflichkeiten ein bisschen aufpassen, wann »Intuition« überhaupt angemessen ist oder ob nicht auch noch viel anderes reinspielt.

SCHIGL Und manchmal kann es im therapeutischen Prozess auch sehr hilfreich sein, der Patientin zu vermitteln: Jetzt weiß ich nicht weiter. Oder: Ich bin verwirrt.

Therapeutische Verfahren

Sich der Komplexität des psychischen und im therapeutischen Prozess auch des interpsychischen Geschehens zu stellen, dafür haben wir verschiedene therapeutische Schulen mit unterschiedlichen Schwerpunkten ausdifferenziert. Ist jede Schule eine Komplexitätsreduktion?

SCHIGL Eine Komplexitätsreduktion und zugleich eine Komplexitätserweiterung, beides. Jedes Verfahren oder jede therapeutische Orientierung richtet ihr Augenmerk auf jeweils Unterschiedliches, und zwar ganz wesentliches Unterschiedliches. Alle legen ihr Augenmerk auf einen *Ausschnitt*, aber da sie dazu dann auch viel Wissen erarbeiten und Theorien entwickeln, machen sie es natürlich wieder komplexer. Die Tiefenpsychologie hat den Fokus aufs Unbewusste gerichtet, auf Beziehungsdynamiken, auf Konflikte im Menschen. Der Behaviorismus schaut auf die Lerngeschichte. Die systemische Therapie beobachtet die vielen Verbindungen, die in einem System vorhanden sind, und wie die Subsysteme miteinander interagieren. Dies nur als vereinfachte Beispiele. Jedes Verfahren ist eine Komplexitätsreduktion, weil es eben den jeweiligen speziellen Fokus wählt. Das macht es mir als Therapeutin leichter, weil es eine grobe Richtung, was wichtig ist in der Therapie, vorgibt. Aber innerhalb dieser Bereiche entsteht eine unglaubliche Komplexität. Wenn man sich die Literatur zur Tiefenpsychologie anschaut, dann sieht man die Komplexität gut.

GAHLEITNER Ich würde es sogar noch mal zuspitzen: Zunächst sind die Verfahren ja entstanden, um auf Eindimensionalitäten zu reagieren. Die Psychoanalyse ist entstanden als Antwort auf die Ignoranz in der Medizin gegenüber unbewussten Inhalten, die Verhaltenstherapie ist entstanden als Reaktion auf die Tiefenpsychologie, weil es da kaum naturwissenschaftliche For-