

Herausgegeben von der Assoziation Schweizer  
Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten



# Psychotherapie-Wissenschaft Science Psychothérapeutique

---

 [WWW.PSYCHOTHERAPIE-WISSENSCHAFT.INFO](http://WWW.PSYCHOTHERAPIE-WISSENSCHAFT.INFO)

## **Die Hoffnung auf Psychotherapie in einer gefährdeten Welt**

L'espoir d'une psychothérapie dans un monde en danger

Herausgegeben von Peter Schulthess und Mara Foppoli

12. Jahrgang

Heft 2 / 2022

ISSN 1664-9583

---



**Psychosozial-Verlag**

# Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft  
ISSN 1664-9583 (Print-Version)  
ISSN 1664-9591 (digitale Version)  
12. Jahrgang Heft 2/2022  
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2>  
[info@psychotherapie-wissenschaft.info](mailto:info@psychotherapie-wissenschaft.info)  
[www.psychotherapie-wissenschaft.info](http://www.psychotherapie-wissenschaft.info)

## Herausgeber

Schweizer Charta für Psychotherapie in der Assoziation  
Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten  
Geschäftsstelle ASP  
Riedtlistr. 8  
CH-8006 Zürich  
Tel. +41 43 268 93 00  
[www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

## Redaktion

Mara Foppoli, Lugano  
Lea-Sophie Richter, Zürich  
Mario Schlegel, Zürich  
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden  
sich auf der Homepage der Zeitschrift:  
[www.psychotherapie-wissenschaft.info](http://www.psychotherapie-wissenschaft.info)

## Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10  
D-35390 Gießen  
+49 6421 96 99 78 26  
[info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

## Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag  
[bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)

## Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)  
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)  
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern  
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-  
zeitraums erfolgt.  
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte  
direkt an die ASP.

## Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:  
[anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)  
Es gelten die Preise der auf [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)  
einsehbaren Mediadaten.  
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an  
die ASP-Geschäftsstelle: [asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)

## Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online  
einsehbar: [www.psychotherapie-wissenschaft.info](http://www.psychotherapie-wissenschaft.info)



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons  
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.  
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte  
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle  
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:  
[creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

# Inhalt

Editorial	5	Psychotherapie in Zeiten von Disruption	69
Éditorial	7	Oder: Die Vertreibung der Psychotherapie aus dem Paradies?	
<i>Peter Schulthess &amp; Mara Foppoli</i>		La psychothérapie en temps de disruption	77
		Ou : la psychothérapie chassée du paradis ?	
		<i>Ulrich Sollmann</i>	
<b>Titelthema:</b>			
<b>Die Hoffnung auf Psychotherapie in einer gefährdeten Welt</b>		Der Krieg ist in unserer Gesellschaft bereits angelegt	79
<b>Thème principal:</b>		La guerre a déjà pris place dans notre société	86
<b>L'espoir d'une psychothérapie dans un monde en danger</b>		<i>Jeannette Fischer</i>	
		Some contributions on the theme «The hope of psychotherapy in an endangered world» published in <i>Psicoterapia e Scienze Umane</i>	87
Über den Tod und das Leben:	9	Alcune pubblicazioni sul tema «La speranza della psicoterapia in un mondo in pericolo» apparse sulla rivista <i>Psicoterapia e Scienze Umane</i>	
Für uns und den Planeten		<i>Paolo Migone</i>	
<i>Irvin Yalom, interviewt von Eugenijus Laurinaitis</i>			
Value Based Counseling	21		
Eine skalierbare psychosoziale		<b>Originalarbeit</b>	
Kurzzeitintervention für ressourcenarme Settings		Article inédit	
Value Based Counseling	29	Handlungsmöglichkeiten-erweiternde Psychotherapiewissenschaft (Teil 1)	91
Une courte intervention psychosociale modulable pour les situations pauvres en ressources		Die Grundlagen	
<i>Birte Brugmann &amp; Inge Missmahl</i>		<i>Paolo Raile</i>	
		Science psychothérapeutique élargissant les possibilités d'action (Partie 1)	98
Vom Trauma zur Widerstandsfähigkeit – vom Individuum zur Gemeinschaft	31	Les fondements	
Der Beitrag der EMDR-Therapie zur Traumabehandlung		<i>Paolo Raile</i>	
Dal trauma alla resilienza – dall'individuo alla comunità	37		
Il contributo dell'EMDR al trattamento del trauma		<b>Tagungsbericht</b>	
Du traumatisme à la résilience – de l'individu à la communauté	43	SEPI Annual Meeting/Conference	100
L'apport de l'EMDR au traitement des traumatismes			
<i>Isabel Fernandez</i>			
		<b>Buchbesprechungen</b>	
Klimagefühle, Abwehr und Hoffnung auf Psychotherapie	45	Christian Roesler (2022). Traumdeutung und empirische Traumforschung	101
Eine psychodynamische Perspektive		<i>Isabelle Meier</i>	
Sentiments climatiques, défense et espérance en la psychothérapie	52	Hauser, R., Heidelberg, R., Weyermann, R., Helbling, J., Goodbread J., Hörtreiter, S. & Apel, C. (2022). Prozessorientierte Psychotherapie.	
Une perspective psychodynamique		Einführung in Theorie, Methoden und Praxis	102
<i>Anja Schnurr &amp; Christine Bauriedl-Schmidt</i>		<i>Peter Schulthess</i>	
Die Anwendung von EMDR bei Geflüchteten	54		
Wie hilft man Geflüchteten?		Meier, I. & Roth, G. (2022). Depression. Verstehen und Behandeln aus Sicht der Analytischen Psychologie	103
Und wie hilft man denen, die ihnen helfen?		<i>Peter Schulthess</i>	
L'uso dell'EMDR con i rifugiati	61		
Come aiutare e come aiutare chi li aiuta			
L'utilisation de la thérapie EMDR avec les réfugiés	67		
Comment les aider et comment aider ceux qui les aident			
<i>Lucia Formenti</i>			

# Editorial

Klimakatastrophe, Pandemie, Krieg, Terror, Gewalt: alles aktuelle Gegebenheiten, deren Auswirkungen wir ausgesetzt sind. Was hat Psychotherapie in diesen Zeiten der Gesellschaft zu geben, was kann sie anbieten? Wie gehen wir selbst als PsychotherapeutInnen in dieser gefährdeten Welt mit den psychischen Auswirkungen und der Angst vor der Zerstörung unserer Lebensgrundlagen um? Die Angst vor Covid und die Massnahmen dagegen beeinflussen auch unser Leben als Professionelle. Analog die Auswirkungen der in dramatischer Weise sichtbar gewordenen Klimaveränderungen. Wir sind genauso Teil dieser Gesellschaft wie auch unsere PatientInnen und die PolitikerInnen. Wir haben ähnliche Ängste und kreieren Symptome als Antworten auf die verschiedenartigen Bedrohungen. Wie beeinflusst dies unsere therapeutische Arbeit?

Den Titel dieses Hefts haben wir in Anlehnung an eine Tagung der European Association for Psychotherapy am 12./13. März 2022 gewählt. Eine Tagungsbesprechung ist im *à jour! Psychotherapie Berufsentwicklung* im Juni erschienen.<sup>1</sup> Welche Hoffnung kann man auf Psychotherapie setzen, um einen Beitrag zur Bewältigung dieser Krisen zu leisten? Dieser Frage wollten wir auch in dieser Ausgabe unserer Zeitschrift nachgehen. Bei der Zusammenstellung der Beiträge suchten wir nach AutorInnen, die zu den verschiedenen aktuellen Krisen etwas sagen können. Ein reichhaltiges Heft ist entstanden.

*Irvin Yalom*, ein bedeutender Vertreter der existenziellen und humanistischen Psychotherapie ist mittlerweile 91-jährig und in einem fragilen Gesundheitszustand. Mit ihm führte *Eugenijus Laurinaitis*, litauischer Psychotherapeut und aktueller Generalsekretär der EAP, anlässlich der Jubiläumstagung der EAP ein sehr persönliches Interview, das Yalom als Person spürbar macht und aufzeigt, wie dieser in seinem Leben viele Krisen bewältigte – und was ihm half, sie durchzustehen: verlässliche Beziehungen, die echte Begegnungen ermöglichen. Genau das sieht er als etwas vom Wichtigsten, was Psychotherapie traumatisierten Menschen geben kann. Wie in verschiedenen seiner Schriften sind Sterben und Tod auch in diesem Gespräch ein wichtiges Thema. Wir danken der EAP, dieses Interview in deutscher Sprache publizieren zu dürfen.

*Birte Brugmann und Inge Missmahl* sind als Jung'sche Psychotherapeutinnen mit einer von ihnen ins Leben gerufenen Organisation in verschiedenen Ländern mit kriegerischen Krisen psychotherapeutisch tätig. Sie beschrieben in einem früheren Beitrag für unsere Zeitschrift ihren eigens entwickelten Ansatz des Value Based Counseling,<sup>2</sup> das in Afghanistan aus der Praxis heraus entstand. Im aktuellen Beitrag erläutern sie, wie der Ansatz zu

einem leicht skalierbaren Instrument für Interventionen in einem ressourcenarmen Setting weiterentwickelt wurde und wie die strukturierte Gesprächsführung den Ansatz sogar für eine digitale Anwendung tauglich macht, der die KlientInnen unabhängiger von CounselorInnen macht.

*Isabel Fernandez*, Präsidentin der Italienischen und Europäischen Gesellschaften für EMDR, beschreibt in ihrem Artikel, welchen Beitrag EMDR zur Bewältigung von Traumata in verschiedenen Kulturen leisten kann. Sie veranschaulicht, dass es in den letzten Jahren eine starke Entwicklung von Wissen, Studien, Richtlinien und Werkzeugen gab, um die Bedeutung psychologischer Interventionen in traumatischen Situationen sowohl individuell als auch kollektiv zu demonstrieren. Sie betont auch, wie wichtig es ist, in die verschiedenen Stadien des Traumas einzugreifen, um psychische Störungen zu verhindern, Risikofaktoren zu neutralisieren und vor allem die Anpassungsfähigkeit und das posttraumatische Wachstum zu fördern. EMDR leistet einen bedeutenden Beitrag zur Arbeit in instabilen Situationen und mit Bevölkerungsgruppen, die sich in Kultur, Religion und Sprache unterscheiden, und ermöglicht diesen, über die traumatische Erfahrung hinauszugehen, Symptome zu reduzieren, sich zu stabilisieren und persönliche und gemeinschaftliche Schutzfaktoren zu entwickeln, die die Widerstandsfähigkeit von Erwachsenen und Kindern fördern.

*Anja Schnurr und Christine Bauriedl-Schmidt* thematisieren aus psychodynamischer Perspektive den Umgang mit Ängsten bezüglich der Klimakrise. Diese fordert die Menschheit heraus, die eigenen Lebenspraktiken vor dem Hintergrund von Klimaschutz und «Klimagerechtigkeit» radikal zu überdenken und zu transformieren. Das weckt verschiedene Gefühle wie Angst, Trauer, Scham, Schuld, Neid und Ärger, was zu inneren Konflikten mit eigenen Bedürfnissen und Wünschen führen kann. Die Abwehr dieser Gefühle und Konflikte erfolgt nicht nur auf individueller, sondern auch auf gesellschaftlicher Ebene. Die Autorinnen beschreiben einen ethischen Rahmen, der dazu verhelfen kann, eine Brücke von der moralischen inneren Einstellung hin zu konkordantem, klimagerechtem Handeln zu bauen.

*Lucia Formenti* thematisiert die therapeutische Hilfe für Geflüchtete und deren BetreuerInnen. Sie stellt EMDR als geeignetes therapeutisches Instrument dar und nimmt explizit auf den Krieg in der Ukraine Bezug. Nach einer kurzen theoretischen Einführung in die Stadien des Traumas und den Trauerprozess zeigt sie den effektivsten Weg der Erste Hilfe-Intervention mit EMDR auf. Bei dieser Art von Notfallintervention besteht angesichts des ständigen Stresses, dem die HelferInnen ausgesetzt sind, die Gefahr, eine stellvertretende Traumatisierung zu entwickeln. Es ist daher unerlässlich, auch für sie an eine gezielte Unterstützungsintervention zu denken, um die Resilienz zu erhöhen. Forschung und internationale Leitlinien zeigen, dass die EMDR-Therapie einen grossen Beitrag für Geflüchtete leisten kann.

1 Schulthess, P. (2022). Bericht von der Tagung zum 30-jährigen Bestehen der EAP. *à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung*, Heft 15, 13–16.

2 Missmahl, I. & Brugmann, B. (2019). Value-based Counseling. Kultur und Religion als sinnstiftendes Element einer psychodynamischen Kurzzeitintervention. *Psychotherapie-Wissenschaft*, 9(1), 39–49.

*Ulrich Sollmann* steuert ein Essay zum Thema «Psychotherapie in Zeiten von Disruption» bei. Mit Disruption sind ernsthafte Störungen gemeint wie Krieg, Terror, Pandemie, Klimakatastrophe. Er sieht unsere Zeit als eine, die mit immer komplexeren Krisen konfrontiert ist, die sich in wechselseitigen Prozessen zu ernsthaften Disruptionen globalen Ausmasses emporschaukeln. Die Auswirkungen dieser Prozesse finden wir in unseren Therapiezimmern wieder. Zugleich ist Psychotherapie selbst von gesetzlich desillusionierenden Disruptionen als Berufsstand betroffen. Ein Essay, mit dem der Autor zum vermehrten Einbezug gesellschaftlicher Entwicklungen in die Psychotherapie aufrufen und zu einem neuen Selbstverständnis der Psychotherapie und der ihr zugrundeliegenden humanistischen Werte beitragen will.

*Jeanette Fischer* präsentiert in einem weiteren essayistischen Beitrag ihre psychoanalytisch begründete Sicht, wie der Krieg in unserer Gesellschaft bereits angelegt ist. Sie reflektiert, wie Bindungen in unserer Gesellschaft zumeist in Herrschaftsdiskursen mit einem Machtgefälle entstehen und so eine Grundlage schaffen für Eigennutz und Ausbeutung. Die Aufwertung seiner selbst ist nur möglich durch die Abwertung des Anderen, was eine Legitimation zur Ausgrenzung bis hin zur Tötung des Anderen bedeuten kann. Eine Alternative wären eine Erziehung und eine gesellschaftliche Ordnung, die auf dem Prinzip der Intersubjektivität statt des Machtgefälles beruhen. Dies führt zu einer Anerkennung der Differenz,

was zum Wegfall von Überheblichkeit und Machtgefälle führt und damit einen Beitrag zur Friedensförderung leisten kann.

*Paolo Migone* hat einige Abstracts aus der italienischen Zeitschrift *Psicoterapia e Scienze Umane* zum aktuellen Heftthema zusammengestellt.

In einem Originalbeitrag stellt *Paolo Raile* seinen Ansatz der Handlungsmöglichkeiten-erweiternden Psychotherapiewissenschaft (HEP) vor und führt damit ein Thema weiter, das in unserer Zeitschrift wiederholt Platz fand. Basierend auf dem radikalen Konstruktivismus formuliert er eine Praxeologie, die es PsychotherapeutInnen ermöglicht, nicht einem starren Behandlungskonzept zu folgen, sondern auf die besonderen Begebenheiten einer jeden Therapiesituation einzugehen und entsprechend flexibel handeln zu können. Das erfordert bei TherapeutInnen nicht nur Flexibilität, sondern auch Intuition und ein ausreichend grosses Repertoire an Handlungsmöglichkeiten. Dies soll mit einer forschungspraktischen Anwendung der HEP geschult werden. In diesem Heft bringen wir mit Teil 1 seines Beitrags die theoretischen Grundlagen. Teil 2 enthält die forschungspraktische Umsetzung und erscheint in der nächsten Ausgabe.

Den Abschluss des Hefts bilden ein Tagungsbericht und drei Buchbesprechungen. Wir wünschen eine anregende Lektüre.

*Peter Schulthess & Mara Foppoli*

# Éditorial

Catastrophe climatique, pandémie, guerre, terreur, violence : des phénomènes d'actualité auxquels nous sommes tous confrontés. Comment épauler la société en ces temps incertains, sur quel plan la psychothérapie peut-elle intervenir ? Comment gérons-nous, psychothérapeutes, les effets psychiques et la peur que notre existence ne soit ébranlée jusque dans ses fondements les plus intimes ? La peur du Covid et les mesures prises à son encontre influencent également notre vie professionnelle. Il en va de même pour les impacts du changement climatique, lequel prend une tournure dramatique. Nous sommes membres à part entière de cette société. Tout comme nos patientes et patients, hommes et femmes politiques. Nous éprouvons des peurs similaires et produisons des symptômes pour répondre aux menaces de toutes natures. Quelles sont les retombées sur notre travail thérapeutique ?

Nous avons choisi le titre de cette édition en nous inspirant du congrès de l'European Association for Psychotherapy (EAP) qui s'est tenu le 12 et 13 mars 2022. Une des discussions de cette réunion est parue dans *à jour! Psychotherapie Berufsentwicklung* en juin.<sup>1</sup> De quelle manière la psychothérapie peut-elle contribuer à surmonter les différentes crises qui sévissent ? Voici la question à laquelle cette édition se consacrera. À la recherche d'articles en mesure d'apporter des réponses fructueuses, nous sommes tombés sur des auteur(e)s qui avaient de véritables arguments à apporter au débat. Le résultat ? Une édition riche et fournie.

*Irvin Yalom*, porte-parole de premier ordre de la psychothérapie existentielle et humaniste à la santé fragile, a désormais atteint ses 91 ans. C'est avec lui qu'*Eugenijus Laurinaitis*, psychothérapeute lithuanien et secrétaire général actuel de l'EAP, a eu un entretien très personnel à l'occasion de la réunion d'anniversaire de l'association. Cet entretien a mis le cœur de Yalom à nu et montre comment celui-ci a surmonté les nombreuses crises qui se sont présentées au cours de sa vie et ce qui lui a donné la force d'y parvenir : des relations fiables qui permettent d'entrer dans le fond des choses. C'est également ce qu'il identifie comme élément primaire à instaurer en psychothérapie pour venir en aide aux personnes traumatisées. Comme dans certains de ses écrits, la mort a également fait l'objet de cet entretien. Nous remercions l'EAP d'avoir autorisé la publication de cet entretien en français.

*Birte Brugmann et Inge Missmahl* agissent en tant que psychothérapeutes jungiennes dans les pays subissant les stigmates de la guerre par le biais d'une des nombreuses organisations créées par leurs soins. Elles avaient décrit dans un précédent article accordé à notre revue l'approche du Value Based Counseling,<sup>2</sup> qu'elles ont développée en

s'appuyant sur la pratique en Afghanistan. Le présent article explique comment l'approche d'un instrument facilement modulable s'est développée pour intervenir dans une situation pauvre en ressources et pourquoi mener un entretien structuré permet à la branche de passer à l'ère du numérique, qui rend aux patientes et patients une certaine indépendance vis-à-vis du personnel conseiller.

*Isabel Fernandez*, présidente des sociétés italienne et européenne pour l'EMDR (Eye Mouvement Desensibilisation and Reprocessing), décrit dans son article comment cette pratique thérapeutique aide à surmonter les traumatismes au sein de différentes cultures. Elle démontre que l'essor en matière de connaissances, d'études, de directives et d'outils des dernières années a été capital pour les interventions psychologiques dans des situations traumatiques, tant sur le plan individuel que collectif. Elle souligne également à quel point il est important d'intervenir aux différents stades du traumatisme pour empêcher des troubles psychiques, neutraliser les facteurs de risques et avant tout favoriser la capacité d'adaptation et la croissance post-traumatique. L'EMDR apporte une contribution significative à ce travail dans des situations instables et avec des groupes de population qui diffèrent en termes de culture, de religion et de langue, et permet à ces derniers de dépasser l'expérience traumatique, d'atténuer les symptômes, de stabiliser et développer des facteurs de protection personnels et communautaires qui promeuvent la résilience des adultes et des enfants.

*Anja Schnurr et Christine Bauriedl-Schmidt* thématisent d'un point de vue psychodynamique la gestion des peurs concernant la crise climatique. Celle-ci exige de l'humanité de repenser et de transformer de façon radicale ses propres pratiques de vie au vu des contextes de la protection et de la « justice » climatiques. Cela réveille différents sentiments tels que la peur, la tristesse, la honte, la culpabilité, la convoitise et la colère, ce qui peut conduire à des conflits internes avec ses propres besoins et désirs. On constate que l'individu en tant que tel, mais également la société, tente de refouler ces sentiments et conflits. Les auteures décrivent un cadre éthique pouvant contribuer à trouver un compromis entre l'aspect moral et les agissements correspondants et respectueux du climat.

*Lucia Formenti* aborde l'aide thérapeutique aux réfugiés et à celles et ceux qui les accompagnent. Elle présente l'EMDR en tant qu'instrument thérapeutique adapté et se réfère de façon explicite à la guerre en Ukraine. Après une brève introduction théorique aux stades du traumatisme et au processus de deuil, elle montre le chemin le plus efficace de l'intervention de premiers secours proposée avec la thérapie EMDR. Dans ce type d'intervention de premiers secours, les intervenants sont soumis à un stress permanent et risquent donc de développer un traumatisme par personne interposée. Il est par conséquent indispensable d'envisager une intervention de soutien ciblée pour augmenter leur propre résilience. La recherche et les directives internationales prouvent que la thérapie EMDR peut être d'une aide capitale aux réfugiés.

1 Schulthess, P. (2022). Rapport de la réunion tenue à l'occasion des 30 ans d'existence de l'EAP. *à jour! Psychotherapie Berufsentwicklung*, numéro 15, 13-16.

2 Missmahl, I. & Brugmann, B. (2019). Value-based Counseling. Culture et religion en tant qu'élément créateur de sens d'une intervention psychodynamique de courte durée. *Psychotherapie-Wissenschaft*, 9(1), 39-49.

*Ulrich Sollmann* pilote un essai sur le sujet « La psychothérapie en des temps de disruption ». Par disruption, on entend des troubles sérieux tels que la guerre, la terreur, les pandémies ou encore les catastrophes climatiques. L'auteur considère que notre époque est confrontée à des crises de plus en plus complexes qui se transforment en perturbations graves à l'échelle mondiale. Nous retrouvons les impacts de ces transformations dans nos cabinets thérapeutiques. La psychothérapie est elle-même touchée en tant que profession par des disruptions légales qui ont suscité des désillusions. Il s'agit donc d'un essai dans lequel l'auteur appelle à davantage prendre en compte les évolutions sociales dans la psychothérapie et contribue à réinterpréter la psychothérapie et les valeurs humanistes qui la sous-tendent.

*Jeanette Fischer* présente, dans un autre article essayiste, son point de vue psychanalytique selon lequel la guerre aurait déjà pris place au sein de notre société. Elle met à jour la manière dont les dépendances au sein de notre société débouchent généralement sur des discours de domination avec un déséquilibre des forces, donnant ainsi une base à l'égoïsme et à l'exploitation. Se donner de l'importance n'est possible qu'en dévaluant l'autre, argument apte à légitimer l'exclusion, voire le meurtre d'autrui. Pour éviter ce cas de figure, il conviendrait d'éduquer et de mettre en place un ordre social qui repose sur le principe de l'intersubjectivité au lieu d'un déséquilibre des forces. Ce principe permet de proclamer la différence et ainsi de laisser de côté le sentiment de supériorité et le déséquilibre des forces tout en contribuant à promouvoir la paix.

*Paolo Migone* a rassemblé quelques extraits de la revue italienne *Psicoterapia e Scienze Umane* afin d'illustrer le sujet actuel de cette édition.

Dans une contribution originale, *Paolo Raile* présente son approche d'une science des possibilités psychothérapeutiques augmentant les possibilités d'action (*Handlungsmöglichkeiten-erweiternden Psychotherapiewissenschaft ; HEP*) en approfondissant ainsi un sujet qui a été évoqué de façon récurrente dans notre revue. En se fondant sur un constructivisme radical, il formule une praxéologie qui permet aux psychothérapeutes non pas de suivre un concept de traitement rigide, mais de s'adapter aux données particulières de chaque situation thérapeutique et de pouvoir agir avec la souplesse qui s'impose. Cela exige des thérapeutes non seulement de faire preuve de flexibilité, mais aussi d'intuition et d'un répertoire suffisamment large de possibilités d'action. Ceci doit être enseigné dans le cadre d'une application de recherche pratique de l'HEP. Nous apportons dans ce numéro, avec la 1<sup>ère</sup> partie de sa contribution, les fondements théoriques. La partie 2 contient la mise en œuvre pratique des recherches et paraîtra dans la prochaine édition.

Le présent numéro se termine sur un compte rendu de colloque et trois critiques de livres. Nous vous souhaitons une lecture inspirante.

*Peter Schulthess & Mara Foppoli*

# Über den Tod und das Leben: Für uns und den Planeten

Irvin Yalom, interviewt von Eugenijus Laurinaitis<sup>1</sup>

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (2) 2022 9–20

[www.psychotherapie-wissenschaft.info](http://www.psychotherapie-wissenschaft.info)

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2-9>

**Zusammenfassung:** Das Gespräch orientiert sich an Irving Yaloms Buch *A Matter of Death and Life* (2021), in dem er seinen Abschieds- und Trauerprozess von seiner Ehefrau reflektiert, mit der er seit seinem 14. Lebensjahr zusammen war. Mittlerweile ist Yalom 91-jährig und krank, sodass er sich nun auf seinen eigenen Tod einstellt. Mit diesem Interview ist ein sehr persönliches Dokument über sein Leben und Wirken entstanden. Er beschreibt, wie wichtig ihm das Schreiben war und immer noch ist, es half und hilft ihm, über Krisen hinwegzukommen, sie schreibend zu verarbeiten. Man erfährt viel über Yaloms jüdisch/russischen Lebenshintergrund und den seiner Familie während des Zweiten Weltkriegs, wie dieser ihn geprägt hat, und man versteht, dass er ein schwer traumatisiertes Kind war, das, ohne es zu wissen, im Laufe des Lebens transgenerative Folgen der Traumatisierung der ganzen Familie übernahm. Vor diesem Hintergrund betont er, dass es in der Arbeit mit Menschen, die solchen Extremerfahrungen ausgesetzt waren, in der Therapie eine echte Beziehungserfahrung braucht, wo die Erfahrung von Nähe möglich ist, etwas was in der frühen Kindheit fehlte. Angesichts der aktuellen Bedrohungen des Lebens auf unserem Planeten empfiehlt er genau dies für die Therapiepraxis, aber auch Therapiegruppen für TherapeutInnen, in denen sie daran arbeiten können, wie sie selbst mit den bei ihnen aufgeworfenen existenziellen Themen umgehen angesichts Pandemie, Krieg und Klimakatastrophe. Es lohnt sich, auch das YouTube-Video (<https://www.europsyche.org/latest-news-2/latest-news>) anzusehen, setzt aber Englischkenntnisse voraus.

**Schlüsselwörter:** Krise, Sterben, Tod, Leben, Holocaust, Krieg, Pandemie, Klimakatastrophe, therapeutische Beziehung, Selbstfürsorge

## Irvin Yalom über sich selbst<sup>2</sup>

Ich wurde am 13. Juni 1931 in Washington, D. C., geboren. Meine Eltern waren kurz nach dem Ersten Weltkrieg aus Russland eingewandert (aus einem kleinen Dorf namens Celtz nahe der polnischen Grenze). Mein Zuhause lag in der Innenstadt Washingtons – eine kleine Wohnung über dem Lebensmittelladen meiner Eltern in der First und Seaton Street. In meiner Kindheit war Washington eine Stadt mit Rassentrennung und ich lebte in einem armen, schwarzen Viertel. Auf die Strasse zu gehen, war oft lebensgefährlich. Meine Zuflucht war das Lesen und zweimal pro Woche machte ich mich mit dem Fahrrad auf den gefährlichen Weg zur Zentralbibliothek an der Ecke 7<sup>th</sup> und K Street, um mich mit Büchern einzudecken. Als ich mein Medizinstudium begann, wusste ich schon längst, dass ich mich auf Psychiatrie spezialisieren wollte. Diese erwies sich (und erweist sich

bis heute) als unendlich faszinierend und ich bin an alle meine Patienten<sup>3</sup> mit einem gewissen Gefühl des Staunens über ihre Geschichte, die sich vor mir entfalten würde, herangegangen. Ich finde, dass eigentlich für jeden Patienten eine eigene Therapie entwickelt werden müsste, weil ja auch jeder eine einzigartige Geschichte hat. Im Laufe der Jahre hat mich diese Einstellung immer weiter von der klassischen Psychiatrie entfernt. Sie wird heute stark von wirtschaftlichen Kräften und in genau die entgegengesetzte Richtung getrieben – nämlich genau, entindividualisierende (symptombasierte) Diagnosen und einheitliche, protokollgesteuerte Kurztherapien für alle. Meine ersten Texte waren wissenschaftliche Beiträge für Fachzeitschriften. Mein erstes Buch, *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*, wurde 700.000-mal verkauft und zur Ausbildung von Therapeuten verwendet. Es folgten weitere Texte: *Existential Psychotherapy* (ein Lehrbuch für eine Ausbildung, die es damals noch nicht gab); *Inpatient Group Psychotherapy* (ein Leitfaden zur Leitung von Gruppen in der stationären Psychiatrie); *Encounter Groups: First Facts* (eine Forschungsmonografie, die inzwischen vergriffen ist). Ich wollte dann die Aspekte der Existenziellen Therapie einem breiteren Publikum zugänglich machen und habe in den letzten Jahren

1 Dieses Interview wurde anlässlich des EAP-Kongresses am 12./13.03.2022 aufgrund des unsicheren Gesundheitszustandes von Irvin Yalom als vorgefertigtes Video präsentiert. Es ist in der engl. Originalfassung als YouTube-Video auf der Website der EAP einsehbar (<https://www.europsyche.org/latest-news-2/latest-news>). Eine schriftliche engl. Version erschien 2022 im *International Journal of Psychotherapy*, 26(2). Wir danken der EAP für die Einwilligung, eine dt. Version zu publizieren, und dem IJP für die Zurverfügungstellung des engl. Manuskripts.

2 Quelle: Kongressprogramm (<https://eap-hope.at>).

3 Hier und im Folgenden wird meist das generische Maskulinum verwendet, um dem Wortlaut des engl. Originals möglichst nahezu kommen.

# Psychotherapie in Zeiten von Disruption

## Oder: Die Vertreibung der Psychotherapie aus dem Paradies?

Ulrich Sollmann

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (2) 2022 69–76

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2-69>

**Zusammenfassung:** Die Welt sieht sich, Psychotherapie ebenso, mit einer sich rasant entwickelnden Komplexität von Disruption konfrontiert. Die Covid-19-Pandemie sowie der Krieg in der Ukraine haben die Welt in ihren Grundfesten erschüttert. Politiker sprechen inzwischen von einer Zeitenwende, die die Welt noch für Jahre in Atem halten wird. Psychotherapie sah sich selbst seit vielen Jahren mit einschneidenden Disruptionen konfrontiert. Diese Erfahrung führte vielfach zu einer Desillusionierung. Das Erleben (sowie die Bearbeitung) von Disruption taucht im Therapiezimmer wie ein imaginiertes fremder Dritter auf, der ohne um Erlaubnis gefragt zu haben, ein Eigenleben entfalten kann. Sei es die Krankenkasse, der Krieg in der Ukraine, das Psychotherapeutengesetz, die Pandemie usw. Psychotherapie tut gut daran, sich für diese gesellschaftlichen Entwicklungen zu öffnen. Psychotherapie wird sich dabei konkret, aber auch paradigmatisch neu im Zusammenspiel von Übertragungs- und Realbeziehung verorten. Dies ermöglicht Psychotherapie auch ein neues Selbstverständnis bzgl. der zugrundeliegenden humanistischen Werte.

**Schlüsselwörter:** Psychotherapie, Disruption, Desillusionierung, der imaginierte Dritte im Therapiezimmer, humanistisches Menschenbild, Putin

### Prolog

Psychotherapie ist gerade in gefährlichen Zeiten gefragt und steht dabei unter einem besonderen Druck. Einerseits erwächst dieser aus dem spezifischen Leiden der Menschen. Andererseits sieht sich Psychotherapie v. a. in Europa und den USA mit neuen gesellschaftlichen Ereignissen und Phänomenen wie z. B. Terrorismus konfrontiert. 2003 hatte das *Psychotherapieforum* hierzu ein Themenheft herausgegeben, in dem Ergebnisse eines diesbzgl. kollegialen Diskurses nachgezeichnet wurden. Die Redaktionsleitung bat mich, in meinem jetzigen Beitrag hieran anzuknüpfen. Dennoch habe ich einen erweiterten Zugang gewählt, wird die Zeit doch seit einigen Jahren durch eine sich rasant entwickelnde Komplexität von globalen Disruptionen geprägt. Terrorismus ist (nur) eine Form von Disruption. Damit die Disruptionen Psychotherapie nicht vor sich hertreiben, macht es Sinn, dass sich Psychotherapie früh genug mit dem Phänomen Disruption als einer nicht zu entgehenden gesellschaftlichen Herausforderung befasst. Dies schliesst die Erfahrung bzgl. eigener erlittener Disruptionen mit ein.

Insbesondere seit Beginn der Covid-19-Pandemie kommt es erstmals, zumindest seit Ende des Zweiten Weltkrieges, zu einem sich wechselseitig hochschaukelnden, dynamischen Prozess von globalen Krisen. Es geht dabei weniger um die Betrachtung der einen oder anderen Krise, sondern um den sich eben wechselseitig aufschaukelnden Prozess globaler Disruption insgesamt. Dies Geschehen hat bereits seit Anbeginn der Pandemie auch Eingang in das Therapiezimmer der praktizierenden

Kollegen<sup>1</sup> gefunden. Neben den sich praktisch hieraus ergebenden Erfordernissen für Psychotherapie (und darüber ist schon vielfach geschrieben worden), spiegelt dies Geschehen, wie ich finde, in eindrucklicher Form die Notwendigkeit wider, sich als Psychotherapeut *auch gerade jetzt* mit dem Verhältnis von Gesellschaft und Therapie zu befassen. Mir geht es in meinem Beitrag einerseits um die Sensibilisierung für die Relevanz disruptiver Prozesse auf Psychotherapie/uns als Psychotherapeuten insgesamt. Andererseits hat die Erfahrung von Disruption (auch) einen desillusionierenden Einfluss auf das Selbstverständnis vieler Psychotherapeuten. Sehen sie sich doch, v. a. seit Beginn der Pandemie, dauerhaft mit dem Einfluss besagter disruptiver Prozesse auf das Therapieschehen konfrontiert. Ich beziehe mich dabei auch auf meine eigenen Erfahrungen im therapeutischen Feld seit Ende der 1970er Jahre.

Ich wähle bewusst das Format eines wissenschaftlichen Essays, da dieser mir am ehesten geeignet zu sein scheint, die Beteiligung am kollegialen Diskurs anzuregen. Ich hoffe dabei, wenn auch gelegentlich provokant wirkend, Anstöße zu geben, ohne anstössig zu wirken. Die Beschäftigung mit den Themen zeigt mir, dass Meinungen und Ansichten sowie Erklärungsversuche bzgl. der aktuellen Disruptionen eher subjektiven, persönlichen Meinungen entsprechen. Dies ist insoweit nicht verwunderlich, als man vielfach noch unter dem hochaktuellen und stellenweise brisanten

1 In der folgenden Arbeit wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit ausschliesslich die männliche Form verwendet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermassen für alle Geschlechter.

# Der Krieg ist in unserer Gesellschaft bereits angelegt

Jeannette Fischer

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (2) 2022 79–85

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2-79>

*Zusammenfassung:* Eine intersubjektive Beziehung ist eine, in der das eine Subjekt das andere als Nicht-Ich, als anderes Ich anerkennt. Mit der Anerkennung der Differenz fällt die Über-Heblichkeit und damit das Machtgefälle, fällt Kontrolle und Verwaltung des zu beherrschenden «Objektes» weg, die Voraussetzung für jeden Krieg sind. Bindungen, die einen Herrschaftsdiskurs erschaffen, erfordern das Axiom der Schuld, das unentbehrliche Instrument zur Ermöglichung von Gefälle und Hierarchie, von Ausbeutung und Eigennutz ist. Der Träger der Schuld ist der Sündenbock, der nun legitim ausgegrenzt oder gar getötet werden darf. Zwischen Menschen, in Gruppen und Nationen, wird eine symbiotische Einheit und Einigkeit zelebriert und damit bleibt die Differenz ausgegrenzt. Es entstehen neue Formen der Lust, die nicht mehr eine Lust an der Differenz ist, sondern eine, der die Gewalt inhärent ist: Des einen Abwertung ist des anderen Aufwertung, die dann als Potentsein erfahren wird. Die Erniedrigung, die Bezwingung des anderen führt an der Lust an der eigenen Potenz vorbei, weil sie zu einer Lust am Leiden und an der Not des anderen wird und an diese gebunden bleiben. Der lustvolle Moment eines Voyeurs ist auch gegenüber dem eigenen Ich gewalttätig, weil dieses Ich als beteiligter Faktor ausgeschaltet wird und im Triumph seiner Nichtbetroffenheit Lust verspürt. Herrschaft ist nur möglich über ein hierarchisches Gefälle und der Kontrolle über das Begehren. Das alles ist Krieg. Krieg ist in unserer Gesellschaftsform bereits angelegt.

*Schlüsselwörter:* Intersubjektiver Diskurs, Anerkennung der Differenz, Schuld, Sündenbock, Voyeurismus, Lust

Eine intersubjektive Beziehung ist eine, in der das eine Subjekt das andere Subjekt als Nicht-Ich, als anderes Ich anerkennt. In der der eine Mensch den anderen als von sich selbst different bestätigt. Würde das jeder<sup>1</sup> tun, gäbe es keinen Krieg. Krieg setzt voraus, dass der andere so zu sein hat, wie ich das möchte oder wie ich selbst bin. Krieg ist immer ein Übergriff und entspricht gleichwohl demjenigen zwischen zwei Menschen: Die kleine Geschichte ist die grosse. Im intersubjektiven Raum ist nicht die Macht über den anderen das Bindende, sondern mit der Anerkennung der Differenz bleibt gerade diese Über-Heblichkeit aus und befreit beide Beteiligten von der Arbeit, die mit Macht anfällt: Kontrolle und Verwaltung der zu beherrschenden «Objekte». Im intersubjektiven Raum, im Raum der Anerkennung der Differenz, ist Auseinandersetzung, Konflikt und Begehren möglich.

Und dennoch hält sich in unserer Gesellschaft geradezu unerbittlich das Narrativ der Verkenning der Differenz: Wir kennen aus unseren Praxen die Vorwürfe der Partner und Partnerinnen: «Wenn er/sie nur anders wäre, dann wären wir glücklich»; «Wir könnten es so gut haben, wenn ...» Es ist die mehr oder weniger stille Aufforderung, die Differenz aufzuheben, mit dem in Aussicht gestellten Versprechen eines gemeinsamen Glücks. Diese Idee wird uns über die Erziehung, die Werbung und zum grossen Teil auch über die Filmindustrie zugetragen: Eine Beziehung, in der zwei Menschen über die gemeinsame Liebe «eins» werden und dieses «Eine» etwas Wunderbares und Erstrebenswertes sei.

Die Anerkennung der Differenz jedoch drängt uns in eine Bescheidenheit zurück – nicht in eine Einsamkeit –, in die Selbstverantwortung, um von hier aus das eigene Leben in

Kultur und Welt zu regulieren, um gestalterisch an ihr teilzuhaben, um Teil dieser Sozietät zu sein, ohne die Eigenständigkeit und Autonomie zu verlieren, ohne zu «eins» zu verschmelzen, sei es mit einem Gegenüber oder dem Staat. Die Anerkennung der Differenz enthebt mich der Über-Heblichkeit, über andere zu bestimmen: Wie weiss ich, was für den anderen gut ist, ohne dass ich ihn selbst darüber befrage? Die Anerkennung der Differenz entzieht dem Machtanspruch das Fundament.

## Selbstdestruktion

Freiheit ist, den anderen als Nicht-Ich anzuerkennen und mich eigenverantwortlich und selbstregulierend zum Du zu verhalten. Dies ist die grösstmögliche Freiheit, die wir als Menschen haben. Eigenverantwortung zu übernehmen bedeutet gleichsam, dem Gegenüber im intersubjektiven Raum mit der gleichen Sorgsamkeit zu begegnen wie sich selbst. Dies ist unumgänglich, da das Ich, um sich zu konstituieren, ein vom Du abhängiges ist.

Auf diese Weise sind wir von einem schuldhaften Beziehungsmodus entbunden, einer Schuld, die besagt, dass gewisse Selbstanteile für den anderen und dementsprechend für die Beziehung schädlich sind, dass Teile des Ich zugunsten einer Beziehung aufgegeben werden müssen, dass sich der Partner oder die Partnerin zu ändern habe, damit es besser würde; einem schuldhaften Beziehungsmodus, der gleichsam auch Verantwortung, Toleranz und Solidarität postuliert – bzw. diese zu Dogmen erhebt – und damit das Gegenüber dem Subjektstatus enthebt und die Beziehung in einem Gefälle einrichtet: Wer tolerant ist, eignet sich die Mächtigkeit an, über Ein- bzw. Ausschluss aus Gruppen zu entscheiden.

1 Hier und im Folgenden wird meist das gen. Maskulinum verwendet.