Zeitschrift: SuchtMagazin
Herausgeber: Infodrog
Band: 26 (2000)
Heft: 2

Artikel: Illusion und Zauberei : Unwissenschaftliche Gedanken zur Psychotherapie

Autor: Meyer, Thomas

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-800496

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 05.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Illusion und Zauberei: Unwissenschaftliche Gedanken zur Psychotherapie

Das Jahresfest der Forel Klinik stand unter dem Motto Illusion und Zauberei. Für den Verfasser war das Anlass, sich im Rahmen der Festrede Gedanken zum Verhältnis zwischen Zauberei, Illusion und Psychotherapie zu machen.

THOMAS MEYER

Wir alle wissen es: Psychotherapie ist ein sehr ernstes Geschäft. Nicht umsonst sprechen wir von therapeutischer Arbeit, von Therapieverträgen, therapeutischen Bündnissen. PatientInnen sollen Aufträge erfüllen, Hausaufgaben machen und an sich und den eigenen Problemen arbeiten. Von primären und sekundären Krankheitsgewinnen ist da die Rede. Wenn ein Patient oder eine Patientin gerne zur Stunde kommt, hat sich die Übertragung etabliert und hinter der nächsten Ecke lauern Abwehr und Widerstand. Da gibt's nichts zu lachen und schon gar nicht zu staunen.

Illusion und Zauberei

Vor diesem ernsten Hintergrund fragt es sich natürlich, wo denn hier eine Brücke zu schlagen wäre zwischen unserer seriösen Psychotherapie und der Welt der Zauberei und der Illusionen. Das Verhältnis zu diesen Begriffen ist für uns seriöse Fachleute denn auch eher gespalten. So meint denn Illusion – wir haben es im Lexikon nachgeschlagen – nichts anderes als Täuschung oder gar Verspottung. Und die Redewendung «Du machsch Dir schöni Illusione» ist denn auch nie anders als abwertend gemeint.

Unser Verhältnis zum Begriff der Zauberei ist dagegen etwas liebevoller und hat oft nostalgischen Charakter. Zauberer haben wir als Kinder im Zirkus oder auf Jahrmärkten getroffen und sie versetzten uns regelmässig ins Staunen. Erst später kam der skeptische Verstand der Erwachsenen dazu, dafür ging unser Staunen verloren. Bei jeder Begegnung mit einem Zauberer möchten wir seinen Trick entdecken und den faulen Zauber entlarven.

Illusion und Zauberei gehören auf den Jahrmarkt, aber sicher nicht ins Sprechzimmer von ernsthaften PsychotherapeutInnen. So will es uns auf den ersten Blick jedenfalls scheinen.

Die andere Seite der Unterscheidung

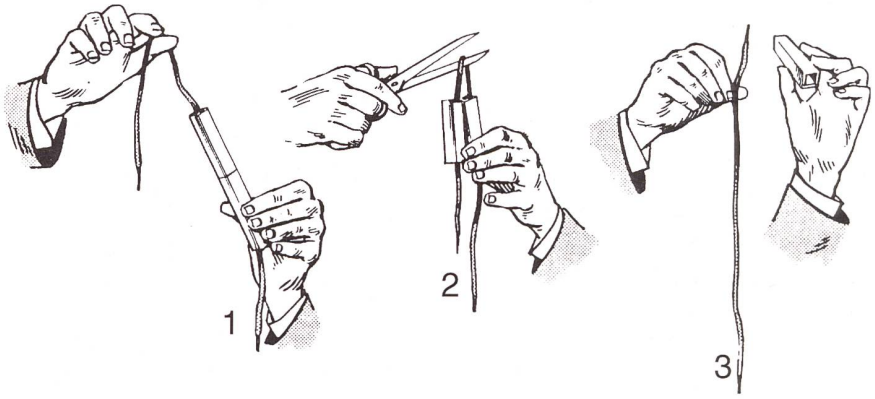
Nehmen wir noch einen zweiten Anlauf und befassen uns etwas näher mit dem Thema:

Was ist denn das Gegenstück von Illusion und Zauberei, oder zumindest ihres charakteristischen Kerns? Oder was geht den beiden Begriffen am ehesten ab. Es ist ganz klar: Denen fehlt es an Realität. Illusion meint ja die Verkennung der wahrgenommenen Realität und Zauberei versucht uns eine untergejubelte Realität vorzugaukeln, damit wir die reale Realität (ja, ja, so ernst ist unser Thema) nicht erkennen. Sobald wir von Realität sprechen, wird es uns wieder wohler, wir bewegen uns auf bekanntem Terrain.

Welche Eigenschaften ordnen wir nun aber dem Begriff der Realität zu? Realität ist handfest, auch fassbar. Da sie sachbezogen ist, gibt sie uns ein Gefühl der Sicherheit. Und: Wer realistisch ist, scheint auch recht erwachsen und gereift zu sein. So weit, so gut. Aber: Haben denn die Realität oder das Realitätsbewusstsein nicht auch ihre Kehrseiten?

Unterschiedliche Welten

Zu den Kehrseiten der Realität gehört ihr oft trockener Ernst. Mit der Realität muss man sich kämpferisch auseinandersetzen. Die Konfrontation mit ihr ist oft mit Mühsal und Leiden verbunden. Der Geschmack der Realität ist mitunter bitter. Das ist nun der Teil der Realität, der uns nicht nur mit eitel

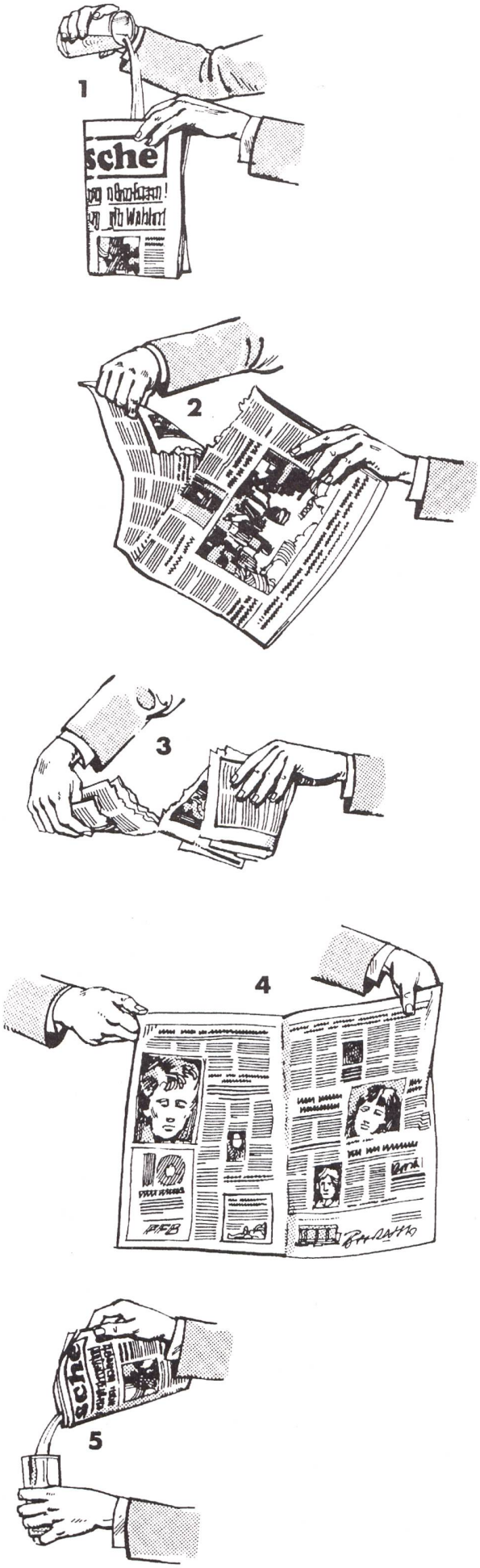


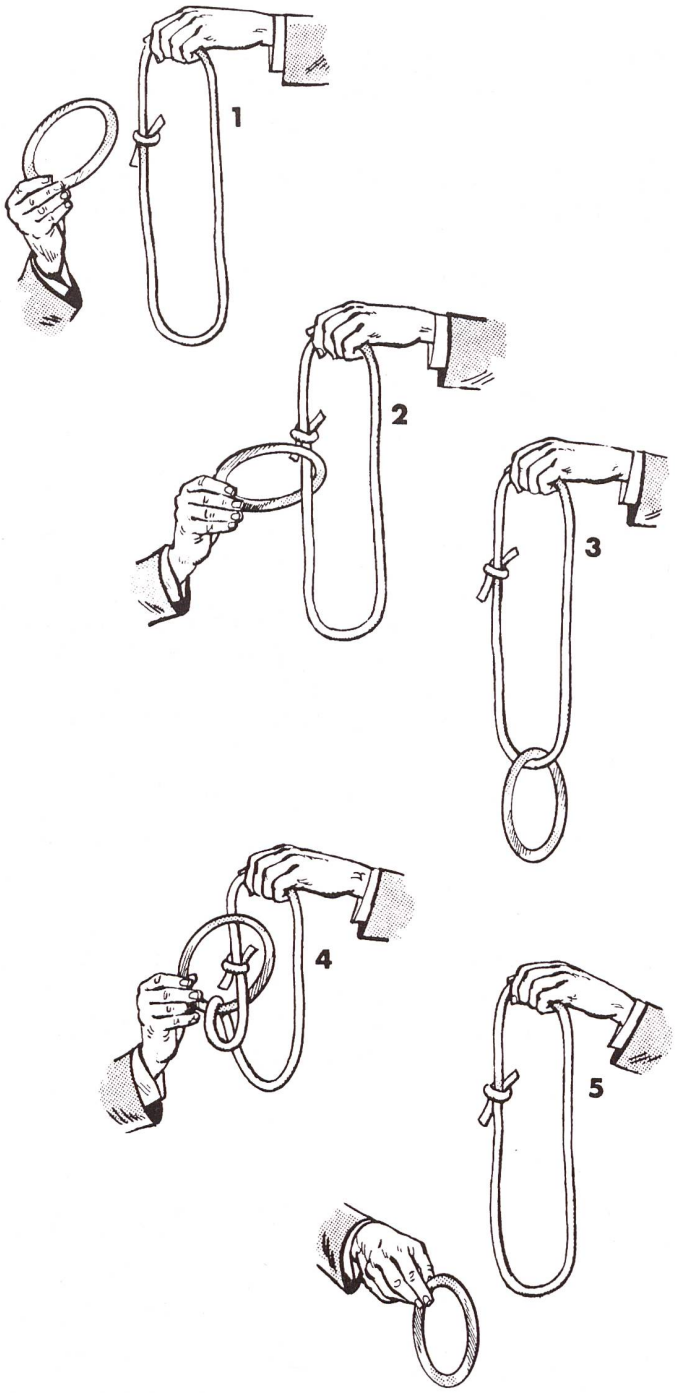
* Der Autor ist Spezialarzt FMH für Psychiatrie und Psychotherapie. Er leitete während zehn Jahren den Sozialpsychiatrischen Dienst des Psychiatrie Zentrums Hard in Embrach. Seit Februar 1997 ist er Direktor der Forel Klinik in Ellikon an der Thur.

Freude erfüllt. Wenden wir uns deshalb wieder vom Begriff der Realität ab und noch einmal den Begriffen von Illusionen und Zauberei zu. Welche Eigenschaften ordnen wir denn Ihnen zu? Zauberei wirkt oft verspielt und verschmitzt, sie lebt vom Überraschungseffekt. Sie ist unkonventionell, indem sie oft Übereinkünfte und gemeinsame Grundannahmen sprengt oder umgeht, und sie ist letztlich wirklich und im besten Sinne bezaubernd. Und illusorische Gedanken haben ins sich das Merkmal des Grenzensprengenden, in dem das Unmögliche möglich wird und das Wünschbare vorstellbar. Da verliert der Höllenhund im Vorhof der Hölle der Sachzwänge schon mal die Zähne.

Die Realitätsfixierung der Therapie

Die Welt der Zauberei und der Illusionen ist doch eigentlich eine schöne Welt, und es befremdet schon ein wenig, dass wir ihr im Allgemeinen und im Speziellen in unserer Rolle als Psychotherapeutin oder Psychotherapeut so gering- und abschätzig gegenüberstehen. Sehr wohlwollend beurteilt muss unsere eigene Haltung zumindest als illusionsabstinent bezeichnet werden. Viele PatientInnen haben eindrücklich und nachhaltig erlebt: In der Therapie sind Illusionen, Zauberei und magisches Denken verpönt, es muss der Realität ins Auge geblickt werden, man muss auf den Boden der Realität zurückkommen.
Dabei bleibt natürlich die Frage ungelöst, was mit Realität denn überhaupt gemeint ist und was insbesondere die TherapeutInnen darunter verstehen. Ist die Realität das Offensichtliche? Oder etwa das Naheliegende? Oder das, was schon immer war, das Bekannte? Oder gar das Ewiggestrige? Und: will sich denn Therapie am Offensichtlichen,





Naheliegenden, am Bekannten und Bestehenden orientieren und am Ewiggestrigen festhalten? Das will sie natürlich nicht. Die Gefahr dazu besteht allerdings, wenn sich Therapie nur an der Realität orientiert.

Hoffnung, Phantasie...

Es reizt deshalb aus therapeutischer Sicht, eine Synthese von Realität mit Zauberei und Illusionen zu finden, den scheinbaren Widerspruch aufzulösen, die gegensätzlichen Begriffspaare zu versöhnen. Dazu ist die Einführung von drei Prinzipien notwendig, nämlich dasjenige der Hoffnung, das der Phantasie und dasjenige der Utopie.
Zuerst zur Hoffnung: Ohne Hoffnung ist keine Entwicklung und kein Wachstum möglich. Patient und Patientin, aber auch Therapeut und Therapeutin müssen hoffen können, dass das Gegebene, das Bisherige, das Offensichtliche, das Bisherige, das Bekannte überwindbar ist. Ohne Hoffnung ist Psychotherapie unmöglich.
Und wenn die Hoffnung schon mal da ist, reicht das zumindest in der Psychotherapie, aber im Leben ganz allgemein, nicht aus: Es braucht etwas weiteres – nämlich die Phantasie. Auch zur Phantasie haben wir bekanntlich ein zwiespältiges Verhältnis. Viele von uns sind überzeugt davon, wenig oder gar keine Phantasie zu haben.
Die Phantasie aber macht Möglichkeiten erst vorstellbar, sie bringt Möglichkeiten erst überhaupt ins «Sichtfeld» unseres Bewusstseins. Und ohne dass etwas überhaupt vorstellbar ist, können wir es uns auch nicht zum Ziel machen. Insofern verfügt die Phantasie über eine ungeheure, oft verkannte Gestaltungskraft. In unserer Phantasie können wir Möglichkeiten, eben oft als Illusionen abgetan, durchspielen, abwandeln, anpassen, ausbauen. Wir können gewissermassen probehandeln. Das heisst, dass Psychotherapie ohne Phantasie von Seiten der PatientInnen, aber auch von Seiten von TherapeutInnen, undenkbar und unmöglich ist.

...und Utopie

Aus diesen beiden Voraussetzungen der Psychotherapie – und wahrscheinlich gilt das ganz allgemein für eine gute und gesunde Lebensbewältigung – ergibt sich das dritte wichtige Element: Die Utopien.
Veränderung und persönliches Wachstum entspringen immer einer Utopie oder einer Vision. Und hier schliesst sich nun der Kreis zwischen der Realität auf der einen Seite und Zauberei und Illusion auf der anderen. Utopien sind wohl das Bindeglied der beiden anscheinend so widersprüchlichen Begriffe: Das Anstreben von Utopien kann scheinbare Illusionen zur Realität werden lassen. Und das wiederum grenzt an Zauberei. Es kann bei uns Staunen, Freude und Erleichterung auslösen. Jede Psychotherapeutin, jeder Psychotherapeut, aber auch jeder Patient und jede Patientin kennen die Faszination des Momentes, in dem Utopien die Realitäten zu verändern beginnen. ■