Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 30 (1954-1955)
Heft: 9

Artikel: Die seelischen Leiden werden bei uns vernachlässigt : warum?
Autor: Boller, Edwin
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1071288

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: 06.08.2025

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

DIE SEELISCHEN LEIDEN WERDEN BEI UNS VERNACHLÄSSIGT WARUM?

Von **Dr. med. Edwin Boller**

Der Einfluß des Seelischen wird unterschätzt

Wer lange genug ein Stechen in der Brust spürt oder Schmerzen im Unterleib empfindet, sucht früher oder später einen Arzt auf. Bei seelischen Störungen hingegen, etwa bei unerklärlichen Angstzuständen oder einer beunruhigenden Abnahme der Arbeitsfähigkeit ohne ersichtliche äußere Ursache, scheut der Patient davor zurück, sich an einen Psychotherapeuten zu wenden — selbst dann, wenn der Leidende weiß, daß dieser zuständig wäre. Das hat seine Gründe.

Verantwortlich dafür ist zunächst jene Betrachtungsweise, die nur das Körperliche ernst nimmt, während das Seelische gewissermaßen als keine oder doch als zweitrangige Wirklichkeit aufgefaßt wird. Diese Einstellung herrscht immer noch vor. Das Zutrauen in die Wirksamkeit von Schnitten, Spritzen, kurz von körperlichen Eingriffen ist so allgemein wie das Mißtrauen gegenüber seelischen Verfahren, obschon heute der große Einfluß des Seelischen auf Gesundheit und Krankheit über jedem Zweifel steht.

Die wissenschaftliche Medizin weiß, daß es körperliche Krankheiten gibt, die wegen seelischer Bedingtheiten nicht behoben werden können: Da ist eine lungenkranke Frau. Alle Heilmethoden werden bei ihr angewandt. Der Erfolg bleibt aus. Ein Spezialarzt schickt die Patientin zu einem Psychotherapeuten. Die

Behandlung zeigt, daß diese in ihrer Ehe unglücklich ist. Sie hat eine falsche Einstellung zu ihrem Mann. Nachdem diese behoben ist, verfügt sie über den Heilungswillen, der ihre Genesung erst ermöglicht.

Ebenso bekannt ist dem Arzt, daß es Symptome körperlicher Leiden gibt, die seelisch bedingt sind: Ein Herr in mittlern Jahren sucht, um von einer Magengeschwürkrankheit geheilt zu werden, erfolglos einen Spezialarzt nach dem andern auf. Ein Psychotherapeut, an den der Leidende schließlich verwiesen wird, stellt fest, daß sich der Patient mit einem Mitdirektor des gleichen Unternehmens, mit dem er sich ständig auseinandersetzen muß, nicht verträgt und sich chronisch ärgert. Nach einem Stellenwechsel innerhalb des gleichen Unternehmens wird er gesund.

Es kommt nicht von ungefähr, daß ein großer Teil der Patienten dem Psychotherapeuten von Ärzten zugewiesen wird, an welche sich die Leidenden wegen körperlicher Beschwerden, z. B. Herzkrämpfen, Schmerzen auf der Leber, Lähmungen usw., gewandt haben, für die sich aber keine physische Ursache feststellen ließ.

Die Scheu, seelische Störungen einzugestehen

Zur Unterschätzung des Seelischen tritt die Befürchtung mancher Patienten, bei Verwandten und Bekannten, die davon hören, daß sie sich psychotherapeutisch behandeln lassen, in den Verdacht zu geraten, «verrückt» zu sein. Diese Scheu ist um so häufiger, als Menschen mit seelischen Störungen nicht selten ohnehin von der unbestimmten Angst geplagt werden, einer Geisteskrankheit entgegenzugehen. Für solche Patienten hat das Aufsuchen eines Psychotherapeuten schon deshalb eine große Erleichterung zur Folge, weil diese Angst meistens unbegründet ist. Sie beruht auf einer Verwechslung von Geisteskrankheiten (Psychosen) mit Neurosen. Diese letztern, welche Störungen der Beziehungn zu den Mitmenschen, zur Arbeit, der Genußfähigkeit usw. umfassen und durch seelische Behandlung behoben werden können, sind unvergleichlich zahlreicher.

Zu dieser Angst vor der Aufdeckung einer Geisteskrankheit kommt etwas anderes. In der Regel schämt man sich körperlicher Krankheiten nicht. Man hält sich auch nicht für diese verantwortlich. Seelischer Störungen hingegen schämen sich viele Menschen, weil sie hinter diesen eine eigene Schuld vermuten.

Dazu ist folgendes zu sagen: Auch körperliche Leiden sind nicht immer völlig unverschuldet, und selbst jene Leiden, bei denen sich das anders verhält, setzen doch beim Patienten eine bestimmte Anlage zur Erkrankung voraus. Dennoch ist das Gefühl der stärkern Verantwortlichkeit für seelische Störungen verständlich: die Funktion der körperlichen Organe, z. B. des Herzens oder der Niere, entzieht sich dem Eingriff unseres Willens, während die seelischen Funktionen einem Lebensbezirk angehören, der, zum Teil wenigstens, unter unserer Kontrolle steht. Nun wird das Ausmaß dieser Kontrolle überschätzt, und es gehört zum Wesen der seelischen Störungen, daß diese bei den Leidenden noch herabgemindert ist.

Daß sich viele Nervöse ihrer Krankheit schämen, hängt auch damit zusammen, daß sie diese als eine Schwäche ansehen. Sie fürchten, vor der Umwelt nicht mehr als voll genommen zu werden, wenn sie bekennen, an seelischen Störungen zu leiden.

Es ist durchaus möglich, daß als Grundlage von nervösen Störungen eine gewisse Disposition vorausgesetzt werden muß. Aus einer solchen darf aber an sich durchaus nicht auf schwächere Naturen geschlossen werden; sie liegt häufig gerade auch bei besonders empfindungsstarken, sensiblen und im übrigen durchsetzungsfähigen Menschen vor. Ebensowenig sind Bedenken, es könnte eine «moralische» Minderwertigkeit zum Vorschein kommen, immer gerechtfertigt.

Die Scham, sich einer psychotherapeutischen Behandlung zu unterziehen, hängt gelegentlich auch noch mit den Anfängen der psychoanalytischen Methoden zusammen, für die, einseitiger als heute, das Sexuelle im Vordergrund stand. Diese Scham ist historisch begreiflich, aber sachlich völlig unbegründet.

Das Wesen der psychotherapeutischen Behandlung wird mißverstanden

Wieder andern Patienten verbaut eine irrtümliche Vorstellung vom Wesen der psycho-

therapeutischen Behandlung den Weg zum Psychiater. Bekannt ist, daß die Behandlung im Rahmen eines Gespräches erfolgt. Sehr vielen Menschen will es nun nicht einleuchten, daß ihre Störungen durch Reden behoben werden könnten.

Da ist zunächst einmal zu sagen, daß die Bedeutung des Wortes heute unterschätzt wird, weil man bei der ständigen Beeinflussung durch Zeitungen, Radio und Bücher die Wirksamkeit des Wortes gar nicht mehr merkt. Vor allem aber ist festzuhalten, daß es sich bei der psychotherapeutischen Behandlung nicht um eine einseitige Einwirkung durch das Wort handelt, sondern um ein wirkliches Gespräch, eine Auseinandersetzung zwischen Arzt und Patient. Und nun das Entscheidende:

Dieses Gespräch wird vom geschulten Arzt mit einer bestimmten Methode geführt, die sich zwar von Arzt zu Arzt im einzelnen unterscheidet, aber immer das Ziel verfolgt, den Zugang zum Unbewußten des Leidenden zu finden. Dort entdeckt der Arzt Triebe und Affekte, Vorstellungen und Wünsche (z. B. Neid, Haßgefühle), die der Patient, weil sie sein Bewußtsein verletzen, nicht wahrhaben will und sie deshalb verdrängt. Der Zugang zu diesen Inhalten des Unbewußten bietet dem Arzt die Möglichkeit, den Patienten mit diesen Inhalten bekannt, ja vertraut zu machen, gleichzeitig gefühlsmäßige Spannungen zu lösen und auszugleichen und dadurch den Patienten zu entlasten. Auch gelingt es so, falsche Ansichten des Patienten über sich selbst und die Welt durch richtige zu ersetzen.

Nicht alle Behandlungen sind schwierig

Aber auch Patienten, die über das Wesen der psychotherapeutischen Behandlung zutreffende Vorstellungen haben, zögern oft, sich einer solchen zu unterziehen. Sie schrecken vor deren Schwierigkeit zurück. Die psychotherapeutischen Behandlungen stellen, vor allem an den Arzt, jedoch auch an den Patienten, in der Tat erhebliche Anforderungen. Die Hauptschwierigkeit besteht darin, daß die kranke Seele gleichzeitig das Mittel darstellt, mit dem diese gleiche Seele beeinflußt und behandelt werden soll. Diese Schwierigkeit liegt in der Natur der Sache; sie ist nicht zu umgehen.

Eine weitere Erschwerung liegt darin begründet, daß der größte Teil der seelischen Vorgänge nicht unmittelbar zugänglich ist. Er verläuft im seelischen Hintergrund, eben im sogenannten Unbewußten, nach Regeln, die unserm Bewußtsein befremdlich erscheinen. Das Unbewußte äußert sich zudem in Bildern und Gleichnissen, die dem Laien schwer verständlich sind. Um die Sprache des Unbewußten auszuwerten, braucht es den Psychotherapeuten, der durch seine Schulung und die Fülle seiner Erfahrung diese Bilder zu erklären und die Gleichnisse in der für den Patienten sinnvollen Weise zu deuten versteht.

Ob und wie schwierig die Behandlung eines Falles ist, kann anfänglich weder der Arzt noch der Patient mit Bestimmtheit wissen. Es fehlt auch nicht an Beispielen von seelischen Störungen, die sich unerwartet rasch beheben lassen.

Ein Psychotherapeut wurde einmal durch einen Arzt zu einem Patienten gerufen, der wegen Lähmung der Beine bettlägerig war. Nach wenigen Besprechungen gewann der Patient seine Fähigkeit zu gehen zurück, nachdem sich ergeben hatte, daß seine Gehunfähigkeit ein Ausdruck seiner seelischen Situation war, die dahin formuliert werden konnte: So geht es nicht mehr weiter.

Ein anderesmal schickte ein Halsspezialist eine Dame, die unter einer totalen Heiserkeit litt, welche durch physische Mittel nicht zu beheben war, zum Psychiater. Die Abklärung der seelischen Situation der Patientin unter Mithilfe ihrer Umgebung ergab, daß die wohlerzogene Frau Schwierigkeiten mit ihrem Manne hatte, dem sie schon längst gern eine häßliche eheliche Szene machen wollte, was aber ihre Wohlerzogenheit nicht zuließ. Nach der Aufhellung dieser Zusammenhänge konnte die Patientin wieder reden.

Die Angst, sich einem Psychotherapeuten auszuliefern

Die Scheu, sich einem Fremden mit seinen innern Nöten anzuvertrauen, ist begreiflich und allgemein. Bei Menschen mit Nervenstörungen ist diese Scheu aus verschiedenen Gründen verstärkt. Meistens fällt es ihnen ohnehin schwer, sich ihren Mitmenschen gegenüber so zu geben, wie sie sind. Außerdem leiden sie daran, daß gewisse ihrer Verhaltensweisen sich ihrer Willenseinwirkung entziehen. So sehen

sie sich zum Beispiel gezwungen, jeden Morgen mit einem Streit zu beginnen oder, entgegen ihrer Absicht, ständig einen ihnen nahestehenden Menschen verletzen zu müssen.

Die Einschränkung der Verfügungsgewalt über das eigene Ich erschreckt die Patienten. Sie bäumen sich dagegen auf, durch die Einbeziehung eines Psychiaters noch mehr von ihrer Ich-Persönlichkeit aufzugeben. Das Gefühl, seziert zu werden, sich entblättern zu lassen, sich nackt zu zeigen und damit auszuliefern, versetzt sie in Panik.

Diese Befürchtung ist insofern nicht unbegründet, als sich der Patient in gewisser Hinsicht tatsächlich an den Psychotherapeuten bindet. Der Arzt erfährt im Laufe der Behandlung mehr von ihm, als er seinen allervertrautesten Mitmenschen und sich selbst gegenüber je zugestanden hat. Aber einmal ist das, was dem Patienten an seinem Wesen unheimlich ist und ihm als außergewöhnlich erscheint, für den Arzt nicht unbedingt unheimlich oder außergewöhnlich. Der Arzt ist den Blick in die Tiefe gewohnt, und er weiß, daß das, wovon der Patient annimmt, es plage nur ihn, allen Menschen mehr oder weniger zu schaffen macht.

Die Angst, sich der Führung des Therapeuten anzuvertrauen und damit etwas von seiner Freiheit aufzugeben, sollte nur unter dem Gesichtspunkt betrachtet werden, daß diese Einschränkung seiner Freiheit ein Mittel zu dem Zwecke ist, ihn von der viel schlimmern Beschränkung der Freiheit, die zum Wesen seiner Erkrankung gehört, zu heilen.

Das Mißtrauen des Patienten einem verantwortungsbewußten Arzte gegenüber ist so wenig am Platze wie das eines Touristen gegen einen bewährten Bergführer. Für beide ist es selbstverständlich, das Vertrauen jener, die sich ihrer Hilfe bedienen, zu achten und sie nicht im Stiche zu lassen, bevor sie wieder auf sicherm Grunde stehen.

Das Grauen vor dem Unbewußten

Die Patienten ersorgen außerdem, daß es bei einer Behandlung nicht bei der Abklärung jener Frage bleiben werde, die sie gerade im besondern quält, sondern daß noch andere Probleme aufgewühlt würden und sie sich schließlich in einem Chaos verstricken könnten, aus dem es keinen Ausweg mehr gibt.

Die Annahme, bei einer Behandlung werde nicht nur jene Frage abgeklärt, die den Patienten zum Arzt geführt hat, ist zwar richtig. Aber sie bildet keinen berechtigten Grund zur Beunruhigung. Es ist eine Erfahrungstatsache, daß ein seelisch bedingtes Symptom, auch wenn es dem Patienten von geringer Bedeutung erscheint, weil er vielleicht wenig darunter leidet, doch meist auf einer Störung der Gesamtpersönlichkeit beruht. Das Weitergreifen der Untersuchung hat dementsprechend zum Ziel, nicht nur ein bestimmtes, akutes Übel des Patienten zu beheben, sondern alle seine Behinderungen wegzuschaffen und damit eine durchgreifende Heilung zu erreichen.

Verknüpft mit der Angst, sich vor dem Psychotherapeuten zu enthüllen, ist das Grauen davor, bei der Entblößung selbst einen Blick in die eigene seelische Tiefe tun zu müssen. Die Menschen ahnen meistens, daß in ihnen Vorgänge ablaufen, Gefühle und Regungen vorhanden sind, die sie, wenn sie diese kennen würden, ablehnen müßten. Das Bekanntwerden mit ihrem eigenen Unbewußten erscheint ihnen als äußerst unheimlich.

Das Unbewußte enthält Unheimliches. Es ist jedoch eine vollkommene Verkennung der Tatsachen, wenn in der seelischen Tiefe nur ein Knäuel von Schrecken vermutet wird. Das Gegenteil trifft zu. Wohl finden sich im Unbewußten Vorstellungen und Gefühle, die wir im bewußten Leben nicht wahr haben wollen, weil wir sie zum Beispiel als moralisch verwerflich und unserer selbst nicht würdig ablehnen. Aber in dem gleichen Unbewußten ruht auch Schönes, Sinnvolles und Förderndes. In ihm sprudeln die schöpferischen Quellen unseres Lebens, welche durch die Erkrankung verbaut sind und an die der Arzt herankommen muß, um sie für den Patienten wieder nutzbar zu machen.

Die Schattenseite der Persönlichkeit wird zwar durch eine Behandlung nicht ausgemerzt. Aber dadurch, daß sich der Patient bewußt mit ihr auseinandersetzt, werden ihre ungünstigen Auswirkungen für den Patienten und die Umwelt behoben oder doch gemildert.

Schließlich sollten Menschen mit seelischen Störungen nicht übersehen, daß der Entschluß, sich einem Arzte anzuvertrauen, an sich schon eine Leistung bedeutet. Es ist der erste Schritt, der sie aus der Absonderung, in die sie sich eingekapselt haben, herausführt. Schon dieses Wagnis allein, sich einem andern Menschen anzuvertrauen, wirkt befreiend.

Warum manche Behandlungen langwierig sind

Es gibt auch äußere Beweggründe, die Leidende abhalten, beim Psychotherapeuten Hilfe zu suchen. Mancher, der zu einer Behandlung bereit wäre, kann sich doch nicht entschließen, weil er gehört hat, daß eine solche Monate und oft Jahre beansprucht.

Eine gründliche seelische Behandlung erfordert tatsächlich häufig lange Zeit, nicht zuletzt, weil der Patient meist den Arzt erst aufsucht, nachdem die schädigenden Einflüsse Jahre oder auch Jahrzehnte auf ihn eingewirkt haben.

Dazu kommt noch eine weitere Erscheinung. Die nervösen Störungen, die zur Behandlung führen, sind nicht nur Symptome eines Leidens, sondern mühsame Ergebnisse von Heilungsversuchen des Patienten an sich selbst. Das mögen folgende Beispiele zeigen.

Ein 65jähriger Geschäftsinhaber sollte seinem Sohne, der seit 20 Jahren in seiner Firma mitarbeitet, das Geschäft übergeben. In seinem Innersten spürt er irgendwo, daß er, so wie die Verhältnisse liegen, zu diesem Entschlusse verpflichtet wäre, seines Sohnes, aber auch seines eigenen Seelenfriedens wegen. Dieser seiner bessern Einsicht stehen aber anderseits bedeutende Widerstände entgegen, wie die Abneigung abzugeben und zuzugestehen, alt und schwach zu werden. Wegen dieses innern Zwiespaltes kommt es zu keinem Entschluß. Darauf machen sich bei ihm Herzbeschwerden bemerkbar. Er muß einige Monate aussetzen, und nachher kann er nur noch halbtagsweise ins Geschäft.

Die Herzbeschwerden sind, wie die abklärende körperliche Untersuchung ergab, seelischer Natur. Die Symptome, die sich in physischer Form zeigen, zwingen den Patienten, nun wenigstens teilweise das zu tun, was er eigentlich in seinem Innersten für richtig hält, nämlich dem Sohne das Geschäft ganz zu überlassen.

Nachdem der Patient durch die Behandlung des Psychotherapeuten sich darüber klar geworden ist, was der Grund der Herzbeschwerden ist, entschließt er sich zum endgültigen Rücktritt. Daraufhin hören die Herzbeschwerden auf.

Oder: Ein Jus-Student bekommt so sehr Angst vor dem Hörsaal, daß er es dort nicht mehr aushält und den Vorlesungen fernbleiben muß. Bei der Untersuchung stellt sich heraus, daß der junge Mann Schwierigkeiten in der Wahl des Studiums hatte. Dem Wunsche des strengen Vaters zuliebe entschloß er sich für Jurisprudenz.

Bald jedoch quälten ihn Zweifel, ob er die richtige Wahl getroffen habe. Aus Ehrgeiz und Prestigegründen will er sich selbst und seinem Vater gegenüber dies nicht eingestehen. Die ungelöste Frage setzt ihm zu. Da tritt die Saalangst auf. Diese zwingt ihn, den Vorlesungen fern zu bleiben, gleichzeitig aber entschuldigt sie sein Ausweichen vor der Lösung des Problems der Berufsfrage. Er kann ja zurzeit ohnehin nicht studieren.

Derartige «Heilungsversuche» stellen zu einer gegebenen Zeit vielleicht die bequemste Lösung eines Konfliktes dar. Der Patient leistet deshalb gegen die Beseitigung dieser Symptome erheblichen Widerstand. Er zieht die Kompromißlösung dem Rückfall in eine neue, völlige Ungewißheit vor.

Die Befürchtung der Patienten, daß durch die Beseitigung der Symptome eine zeitweise Verschlimmerung ihres Zustandes eintreten könnte, trifft gelegentlich zu. Die Patienten müssen zur Erkenntnis geführt werden, daß das Beharren auf den in ihren Symptomen geschlossenen Kompromissen das Steckenbleiben in einer Sackgasse bedeutet. Wenn die Patienten dies einsehen und sich zur Bereitschaft durchgerungen haben, eine vorläufige, aber vorübergehende Verschlimmerung ihrer Verfassung in Kauf zu nehmen, dann verläuft die psychotherapeutische Behandlung verhältnismäßig leicht und schnell.

Die Kosten

Die viele Zeit, welche die Behandlung seelischer Störungen beansprucht, hat zur Folge, daß diese auch viel Geld kostet. Die Leidenden, die durch die Kosten einer psychotherapeutischen Behandlung abgeschreckt werden, müssen jedoch bedenken, daß sowohl die Unfähigkeit zur Arbeit wie der Versuch, durch äußere Ablenkung die Arbeitsfähigkeit zu erzwingen, sie noch viel teurer zu stehen kommt und die Rückgewinnung der Möglichkeit, sich wieder des Lebens zu erfreuen, Geld wert ist.

Schließlich darf auch noch bedacht werden, daß die Bereitschaft zu einem materiellen Opfer mit eine wesentliche Voraussetzung für das Gelingen der Behandlung ist.

Die Erfolgsaussichten

Ein weiterer Grund, der Patienten davon abhalten kann, sich einer psychotherapeutischen Behandlung zu unterziehen, ist die Unsicherheit des Erfolges.

Richtig ist, daß es für seelische Störungen keine Radikallösungen gibt, wie die Entfernung des Blinddarmes bei der Blinddarmentzündung oder das Herausschneiden der Mandeln bei chronischen Mandelentzündungen. Aber leider kann auch die mit physischen Mitteln arbeitende Medizin bei körperlich bedingten Krankheiten häufig einen Erfolg nicht mit Bestimmtheit voraussagen. Ferner kennen wir auf dem Gebiet der physischen Krank-

Der kleine Familienfilm

Hat das Gefühl, heute nicht dran zu kommen und denkt an interessantere Dinge

Tut, wie wenn er seine Nase reiben würde, während er Hansli in der hintern Bank zuflüstert, am Nachmittag spiele man Fußball

Hört ein Warnungszeichen von links und bemerkt, daß das Auge des Lehrers auf ihm ruht, worauf er eine konzentrierte Miene aufsetzt.

Die Gefahr ist vorbei. Stellt verschiedene Kombinationen der Fußballmannschaft zusammen.

Zeichnet einige Bilder an den Rand des Rechnungsbuches

Versucht Bleistift auf das Pult zu stellen, Bleistift fällt mit Geräusch auf den Boden.

Vertieft sich hastig in das Rechnungsbuch

Sein Geist beginnt wieder zu wandern, bis er auf einen Stoß von hinten gewahr wird, daß ihn der Lehrer aufgerufen hat

Steht langsam auf, sucht eine Ausrede und wird von der Glocke gerettet, die die Schulstunde beendet

heiten ebenfalls chronische Leiden, die ein ganzes Leben lang Pflege oder Diät (z. B. bei Zuckerkrankheit) erfordern.

Ähnlich muß bei gewissen seelischen Störungen damit gerechnet werden, daß diese nicht völlig überwunden werden und von Zeit zu Zeit eine Nachbehandlung verlangen. Aber auch das kann sich für den Patienten lohnen. Ist es zum Beispiel kein Gewinn, wenn ein Patient wenigstens für sieben Jahre von einem Schreibkrampf völlig verschont bleibt oder ein Alkoholiker auch nur für zwei, drei Jahre von seiner Sucht befreit wird, oder ein gefühlskalter Ehepartner doch für längere Spanne Zeit seine Schwäche überwindet?

Bei einer Neigung, immer wieder in depressive Stimmungen zu geraten, ist es sehr hilfreich, wenn der Betroffene jeweils während dieser Zeit sich erneut psychotherapeutisch behandeln lassen kann. Dadurch wird eine Vertiefung und längeres Andauern dieser Zustände oft vermieden.

Es gibt auch Patienten, welche ihre Minderwertigkeitskomplexe nie ganz loswerden. Tauchen neue unerwartete Schwierigkeiten auf, sei es in der Arbeit, in Liebesbeziehungen oder auch im Umgang mit sich selbst, so treten immer wieder Komplikationen auf. Hier kann es wertvoll sein, vorübergehend erneut den Arzt zu konsultieren.

Man erfährt in der Öffentlichkeit wenig von psychotherapeutischen Heilerfolgen. Die Erklärung dafür liegt auf der Hand. Herzkranke oder Rheumatiker, die von ihrem Leiden befreit wurden, empfinden nicht die mindesten Hemmungen, im nähern und weitern Bekanntenkreis davon zu reden. Im Gegenteil, sie tun es gern. Wer aber eine gelungene therapeutische Behandlung hinter sich hat, wird in der Regel darüber schweigen.

Die Arztwahl

Die Beantwortung der Fragen: Arzt oder Ärztin? Welcher Arzt und welche Ärztin? ist selbstverständlich wichtig. Ein befriedigender Kontakt zwischen Arzt und Patient erleichtert den Verlauf einer Behandlung. Aber wenn der Patient einen ausgewiesenen Psychotherapeuten aufsucht, wirkt sich dies für ihn, auch wenn er nicht auf den für ihn geeignetsten Arzt stoßen sollte, nicht so schlimm aus, wie der Laie befürchtet, weil die Psychotherapie weitgehend eine vom Arzt methodisch gelenkte Arbeit des Patienten an sich selbst bedeutet.

Im übrigen wird jeder gewissenhafte Therapeut, wenn ihm oder dem Patienten im Laufe der Behandlung ein Arztwechsel wünschbar erscheint und es sich nicht einfach um den Versuch eines Davonlaufens bei den ersten auftauchenden Schwierigkeiten handelt, diesen selbst vorschlagen und einleiten.

Auch ältern Menschen kann geholfen werden

Die Frage, welches Alter des Patienten für eine psychotherapeutische Behandlung am meisten Aussicht auf Heilung bietet, ist leicht zu beantworten. Da die Grundursache einer seelischen Störung häufig in den Jugendjahren liegt, so wäre an sich eine frühe Behandlung, bevor sich der Patient durch ungeeignete Versuche der Selbsthilfe verkrampft hat, vorzuziehen.

Es ist aber ein Irrtum, anzunehmen, daß für einen vierzigjährigen oder fünfzigjährigen oder auch einen noch ältern Menschen eine Behandlung aussichtslos sei, um so mehr, als auch die reifern Lebensalter ihre eigenen Probleme und Konflikte ergeben, die auf ihre besondere Weise gelöst sein wollen.

Der Weg aus einer Sackgasse

Für eine große Anzahl von Menschen bedeutet der Weg zum Psychiater den einzigen Ausweg aus einem Leben, das ihnen selbst und ihrer Umwelt zur Qual geworden ist. Die Symptome von seelischen Störungen sollten deshalb nicht mehr bloß als Behinderung aufgefaßt werden, sondern wie der Schmerz bei einer Blinddarmentzündung oder ein Stechen in der Lunge als Warnungszeichen. Sie sind Hinweise auf eine Gefahr, gegen die etwas getan werden muß.

Eine erfolgreiche therapeutische Behandlung erspart den leidenden Menschen alle die hoffnungslosen Versuche, aus der Sackgasse, in die sie sich verrannt haben, durch die Veränderung ihrer äußern Lebensumstände, durch Stellenwechsel, Berufswechsel, Wohnungswechsel oder auch den Wechsel des Ehepartners, auszubrechen. Sie erlaubt dem Patienten erst die volle Entfaltung seiner Persönlichkeit.