

Von der überstrapazierten Psychoanalyse : Gespräch mit Alex Oberholzer

Autor(en): **Acklin, Jürg / Oberholzer, Alex**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF**

Band (Jahr): **26 (1984)**

Heft 3: **Ist Psychotherapie auch eine Möglichkeit für mich?**

PDF erstellt am: **25.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-156931>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Von der überstrapazierten psychoanalyse

Alex beginnt ganz spontan: psychologie hört dort auf, wo menschsein anfängt. Ich bin nicht einfach ein gegner, aber ich habe mühe, weil es so eine vorstellung gibt, ich als behinderter sollte eine psychoanalyse machen, sonst stünde ich meiner selbstverwirklichung bewusst im weg. Übrigens kenne ich auch niemanden, der eine analyse abgeschlossen hat, ich kenne nur leute, die gerade eine machen. Es ist auch absurd, z.b. am mittwoch und freitag, also zu genau bestimmten zeiten, gehen zu müssen, das ist mir zu strukturiert.

Jürg: Was meinst du mit zu strukturiert?

Alex: Die struktur wird so wichtiger als der inhalt, ich kann doch meine probleme nicht auf befehl ausbreiten.

Jürg: Kannst du dir eine vorgegebene minimalstruktur nicht auch als arbeitshilfe vorstellen?

Alex: Für manche leute sicher, ich arbeite aber schubweise, manchmal mache ich fast nichts, dann wieder arbeite ich ganze tage und nächte durch. Andere arbeiten regelmässig.

Jürg: Du bist ja in einem kinderspital aufgewachsen. Meinst du, dass diese tatsache eine grosse rolle spielt?

Alex: Ich glaube schon. Im kinderspital war alles ganz genau durchorganisiert, das ging jeden wochentag so, vom aufstehen bis ins bett gehen, schule, ergotherapie, physiotherapie, schwimmen etc. nur sonntags, da war frei, und da wussten wir nichts zu unternehmen, wir standen auf dem parkplatz herum und schauten den an- und abfahrenden autos zu.

Jürg: Bestände für dich die gefahr, in einer analysestunde nichts mit dir anfangen zu können?

Alex: Ja, ich möchte dann mit jemandem sprechen, wenn ich das bedürfnis habe, und nicht dann, wenn mir die zeit zur verfügung steht. Es ist wichtig, dass die menschen einen intensiven gedanklichen und seelischen austausch haben. Psychologie hat eine hochblüte, weil dieser austausch im normalen umfeld nicht stattfindet, deshalb wird das delegiert und gekauft.

Jürg: Du erwartest von einer analytischen beziehung also etwas gleiches wie von sonstigen beziehungen?

Alex: In einer bewussten beziehung versuche ich mich ganz stark einzubringen, mich zu prüfen und zu entwickeln. Ich suche auch ursachen für mein momentanes verhalten. Ich glaube, diesen teil deckt eine analyse ab. Das ist etwas wichtiges, das bestreite ich auch nicht, die hürde ist nur, dass ich so etwas kaufen muss.

Jürg: Ist es für dich nicht auch denkbar, dass du dir nicht eine beziehung, sondern eine ganz bestimmte fähigkeit von jemandem zunutze machst und dafür bezahlst?

Alex: Wenn man sich gedanken macht und eben ein solches umfeld hat, wie ich gesagt habe, kann man sich eine solche fähigkeit doch auch selbst erwerben, zusammen mit anderen. Ich bin mir schon bewusst, dass ich bestimmte mechanismen habe, die ich kenne und ablegen kann. Vielleicht noch nicht, ich hoffe, sie schon zum verschwinden bringen zu können. Vielleicht braucht es einen notstand, um in eine analyse zu gehen.

Jürg: Was machst du mit den problemen, die in deinem unbewussten sind? Meinst du nicht, dass da jemand zugezogen werden muss, der eine spezifische ausbildung gemacht hat?

Alex: Eine person, die mich nicht so gut kennt, wie ich mich selbst kenne, kann doch nicht mit einer auswendiggelernten methode kommen.

Jürg: Sicher steht eine methode dahinter, aber nicht eine auswendiggelernte, sondern eine an tausenden von fällen entwickelte und erprobte methode.

Alex: Besteht nicht eine grosse gefahr, dass man glaubt, in der analyse ein beziehungsdefizit kompensieren zu können?

Jürg: Du denkst da wohl vor allem an behinderte. Was ist die funktion des analytikers, er kann nicht helfer im üblichen sinn sein, wenn er seine arbeit zum wohl seines patienten ausüben will.

Alex: Du wolltest sagen, wenn jemand behinderter sich in dich verliebt, kannst du nicht mehr mit ihm arbeiten.

Jürg: Nein, das meine ich überhaupt nicht. Es gibt aber zusätzliche schwierigkeiten, wenn jemand den analytiker als mehr oder weniger einzige engere beziehungs-person hat. Das wäre sehr schwierig, und ich glaube, dass in einem solchen fall zuerst die äusseren umstände geändert werden müssten. Zuerst müssen die äusseren lebensbedingungen in einem solchen fall menschlicher werden. Allerdings ist die äussere und innere realität auch nicht so deutlich abzugrenzen. Das eine wirkt auf das andere ein.

Alex: Wenn ein behinderter seine einzige realisierungsmöglichkeit bei dir sieht?

Jürg: Er findet nicht direkt eine realisierungsmöglichkeit, aber er findet vielleicht eine voraussetzung, dass er nachher selber in der lage ist, sich besser mit der realität auseinandersetzen. Eine psychoanalyse ist ein weg zur selbständigkeit und keine sinngebungsinstitution.

Alex: Diese suche nach sinn ist heute etwas ganz primäres, wenn man die entwicklung all dieser sekten anschaut. Meine angst ist da nicht gegen die analyse, sondern gegen die sekten gerichtet.

Jürg: Die sinnfrage ist in diesem zusammenhang sehr bedeutungsvoll. Es geht ja darum, den sinn aus sich selbst heraus zu finden, deshalb ist die psychoanalyse auch so schwer zu erklären, sie lässt sich eben nicht auf ein rezept reduzieren.

Alex: Siehst du das nicht auch so, dass das aber heftpflasterpolitik ist? Eine analyse können sich ja nur begüterte leisten, das gibt gesellschaftlich gesehen doch keinen sinn?

Jürg: Die psychoanalyse ersetzt keineswegs das politische engagement.

Alex: Das ziel wäre doch, eine kollektivistische gesellschaftsordnung zu entwickeln, in welcher jeder einzelne ein solches bewusstsein erlangen kann, so dass die analyse nicht mehr im heutigen mass notwendig wäre.

Jürg: Das ist sicher eine denkbare utopie, aber die psychoanalyse darf in ihrer möglichkeit auch nicht überstrapaziert werden, sie schafft unter den gegebenen verhältnissen die möglichkeit zu kritischerem bewusstsein.

Alex: Ich finde es auch keinen zufall, dass die analyse ihre hochburgen in den hochindustrialisierten gebieten wie Zürich etc. entwickeln konnte.

Jürg: Hast du das gefühl, du dürftest erst eine analyse machen, wenn du damit gleichzeitig auch noch der gesamten menschheit hilfst?

Alex: Nein, ich bin mir schon bewusst, dass, wenn sie mir nützt, auch meine umgebung etwas gewinnt. Aber eine gemeinde, in der das krankenhaus grösser ist als die kirche, ist doch dekadent.

Jürg: Aber andererseits ist oder war die kirche das sinngebungsinstrument schlechthin, eine art institutionalisierter sinnlieferant, und da ist doch die sprengkraft der analyse zur befreiung aus irrationaler abhängigkeit nicht von der hand zu weisen.

Alex: Einverstanden.

Das gespräch mit Alex Oberholzer führte Jürg Acklin.

Ist psychotherapie auch eine möglichkeit für mich?

Blanka Kälin hat erfahrungen gemacht mit gestalttherapie. Dazu stellten wir ihr ein paar fragen:

Wie bist du überhaupt dazu gekommen, in einer gestalttherapiegruppe mitzumachen?

Vor einigen jahren besuchte ich ein lager in Gresgen, das in der nähe von Lörrach liegt. Damals kam ein therapeut zu uns für einen tag. Wir versuchten in einer gruppe verschiedene probleme wahrzunehmen und zum teil zu lösen.

Hast du vorher gewusst, was das ist, was dich da erwartet?

Nein. Anfangs hatte ich angst. Durch den öfteren besuch des therapeuten, mit dem ich auch persönlich sprechen konnte, hatte ich den ansporn zu diesem schritt.