

Psychotherapie und Psychotherapeutenschaft in Zeiten von Corona

Rede von Pilar Isaac-Candeias (Vorstand und Delegierte der Psychotherapeutenkammer Berlin) anlässlich der Online-Delegiertenversammlung am 21.04.2020.

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

wir führen heute zum ersten Mal seit Menschengedenken eine DV durch, bei der wir nicht leibhaftig anwesend sind. Wir tun dies, weil wir für einander gefährlich sein könnten, weil Nähe neuerdings zur Bedrohung für unsere Gesundheit geworden ist. Und so wird mir nach dieser kurzen Rede keine/r von euch beim Imbiss in der Pause oder bei der kurzen Begegnung auf dem Flur anerkennend auf die Schulter klopfen, ich werde nicht sehen können, wie jemand kritisch die Augenbrauen hochzieht und nicht hören, welche Gespräche beim Zusammenstehen entstehen.

Warum rede ich überhaupt? Weil ich den Gedanken nicht ertragen kann, dass wir eine DV durchführen und so tun, als wäre nichts, na ja nur so einige nervige Corona-Einschränkungen. Ich bin besorgt! Ich komme mir vor, wie mitten in einem dysthopischen Roman. Die ganze Welt ist betroffen, fast 8 Milliarden Menschen. Ich empfinde eine Bedrohung, eine Welle, die wie ein Tsunami auf uns zukommt und die wir mit aller Kraft verdrängen möchten. Wir starren täglich auf die Zahlen, arbeiten weiter an unseren Themen, freuen uns am Helikoptergeld, an der Hilfsbereitschaft, an den positiven Seiten des Stillstands. Wir tun so, als würde das Leben nach Corona genauso weiter gehen wie vorher. Wir sind ein reiches Land. Aber auch hier fallen viele Menschen durch die Maschen. Die, die schon immer arm waren und sich mit ein bisschen Schwarzarbeit über Wasser gehalten haben. Oder diejenigen, die ohne Papiere in diesem Land leben. Und was passiert in den Ländern um uns herum? In den Ländern, die deutlich mehr Probleme haben, wo viel mehr Menschen in die Armut stürzen? Was wird aus Europa, wenn wir es wieder nicht schaffen solidarisch zu sein? Was werden die Menschen aus den Entwicklungsländern tun, um sich und ihre Familien zu ernähren? Zu welchen politischen und sozialen Verwerfungen wird das führen? Wir sind keine Insel.

Das macht mir große Sorgen. Und ich rede darüber, weil ich sie mit euch teilen möchte und sie nur soweit verdrängen möchte, dass ich leben kann und handlungsfähig bleibe. Aber es gehört für mich zwingend zu unserem Beruf, die Ängste und das Nicht-Wissen zu benennen, es zu teilen und für unsere Patienten zu containen. Ich halte es für falsch, nur zu beruhigen und Empfehlungen zur Strukturierung des Alltags auszusprechen. Das hat auch seine Berechtigung, aber nur dies, ist zu wenig.

Und um es spezifischer zu machen,- mich treibt auch die Frage um: Was wird aus unserem Beruf? Welche Signale senden wir in die Öffentlichkeit? Sind wir bereit, in Krisenzeiten einen substanziellen Beitrag zu leisten? Oder bleiben wir gefangen in

unseren Egoismen, im “Klein-Klein” der Gebührenscheffern, sicher unter dem Rettungsschirm, bequem in der Videosprechstunde vom häuslichen Sofa aus? Was, wenn sich das Ganze zu einer Katastrophe auch hier bei uns ausweitert? Die Szenarien werden bereits durchgespielt. Welche Rolle haben die PTs darin? Damit sind wir im Vorstand schon beschäftigt.

Was müssen wir bewahren als PsychotherapeutInnen? Was kann sich verändern? Was für ein seltsamer Zufall, dass Berührungen in dieser Krise gefährlich sind und dass die Maschinen bereitstehen, um uns Surrogate zu liefern. Vielleicht ist Corona eine Erfindung der IT-Industrie? Aber im Ernst, wir alle (auch die Kinder) sind zunehmend angestöpselt, - in Videokonferenzen, den sozialen Netzwerken, bei Netflix, im virtuell übertragenen Konzert? Mutieren wir zu Menschmaschinen? Sind wir mitten in einer Transformation? Ändert sich die Vorstellung von dem, was es bedeutet, ein Mensch zu sein?

Neulich las ich in einem PT-Newsletter, ich zitiere:

Mehr als 700 Fachleute hatten an einem Webinar der Psychotherapeutenkammer Hessen teilgenommen – zum Thema: „Psychotherapie und Videobehandlung – Empfehlungen für Corona-Zeiten“. Hauptreferent Prof. Dr. Harald Baumeister (Universität Ulm). “Mit Blick auf die Studienlage konnte er zeigen, dass Videobehandlungen genauso wirksam sind wie face-to-face-Therapien.“

Hat Prof. Baumeister das wirklich so gesagt? Diese Studien würde ich gerne auf Herz und Nieren prüfen. Was wird mit einer solchen Aussage transportiert? Es gruselt mich, wenn ich das lese. Worauf steuern wir zu? Psychotherapie als Call-Center Leistung? Das ist billig, das senkt die Kosten!

Aber was ist der Mensch? Spielt der Leib wirklich keine Rolle? Ist der physische Kontakt, der Händedruck, der Geruch, der Blick in die Augen des Anderen, das angedeutete Lächeln oder eine Berührung wirklich entbehrlich in einer Psychotherapie? Das Ich ist in erster Linie ein körperliches, sagte schon Freud. Menschen sind auf sozialen Kontakt angewiesene Wesen. Das ist die Basis unserer neurobiologischen Struktur. Wir wissen zum Beispiel, dass das menschliche Immunsystem schwächer wird, dass Menschen krank werden, wenn sie einsam sind oder sozial ausgegrenzt werden. Oder etwa nicht? Und das ist nur eine der vielen elementaren Grundlagen, die aktuell schnell vergessen werden in der Debatte um Zahlen und Schutzmaßnahmen. Haben die PsychotherapeutInnen dazu etwas zu sagen? Haben wir auch einen Deutungsrahmen anzubieten?

Unsere Werturteile bestimmen unsere Handlungen, sagte Erich Fromm. Das Schlimmste, was wir derzeit machen können, ist, nicht mehr zu fragen, den kritischen Blick aufzugeben, und – was noch schlimmer ist – das Mitgefühl für die Schwächeren und Benachteiligten zu verlieren. Der österreichische Schriftsteller Ernst Ferstl, dessen Aphorismen ich sehr empfehlen kann, formuliert es so:

“Solange uns die Menschlichkeit miteinander verbindet, ist egal, was uns trennt.“